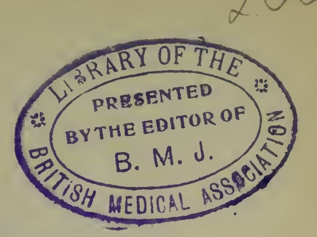
Dr. med. Hermann Schall

Berechnete ärztliche Kostverordnungen für Zuckerkranke

Würzburg
Curt Kabitzsch, Kgl. Universitäts-Verlagsbuchhändler



18/6/13. M. 550. 233



Berechnete ärztliche Kostverordnungen

nebst vollständigem

Kochbuch für Zuckerkranke.

Von

Dr. med. Hermann Schall.



Würzburg.

Verlag von Curt Kabitzsch

Kgl. Univ.-Verlagsbuchhändler.

1913.

Druck der Königl. Universitätsdruckerei H. Stürtz A. G., Würzburg.

Vorwort.

Das vorliegende Buch ging von dem Gedanken aus, den Ärzten an Krankenhäusern und Sanatorien, sowie denen, die in der Praxis stehen, eine Sammlung von berechneten Kostverordnungen für Zuckerkranke zu geben, um die mühsame Behandlung zu erleichtern, welche die individuell verschiedene Toleranz des einzelnen Kranken fordert. Es zeigte sich, daß als Grundlage dazu ein vollständiges Kochbuch mit neuen genauen Vorschriften für Einzelportionen ausgearbeitet werden mußte, da die bisher veröffentlichten Kochrezepte ihrer Unbestimmtheit wegen nicht berechnet werden konnten.

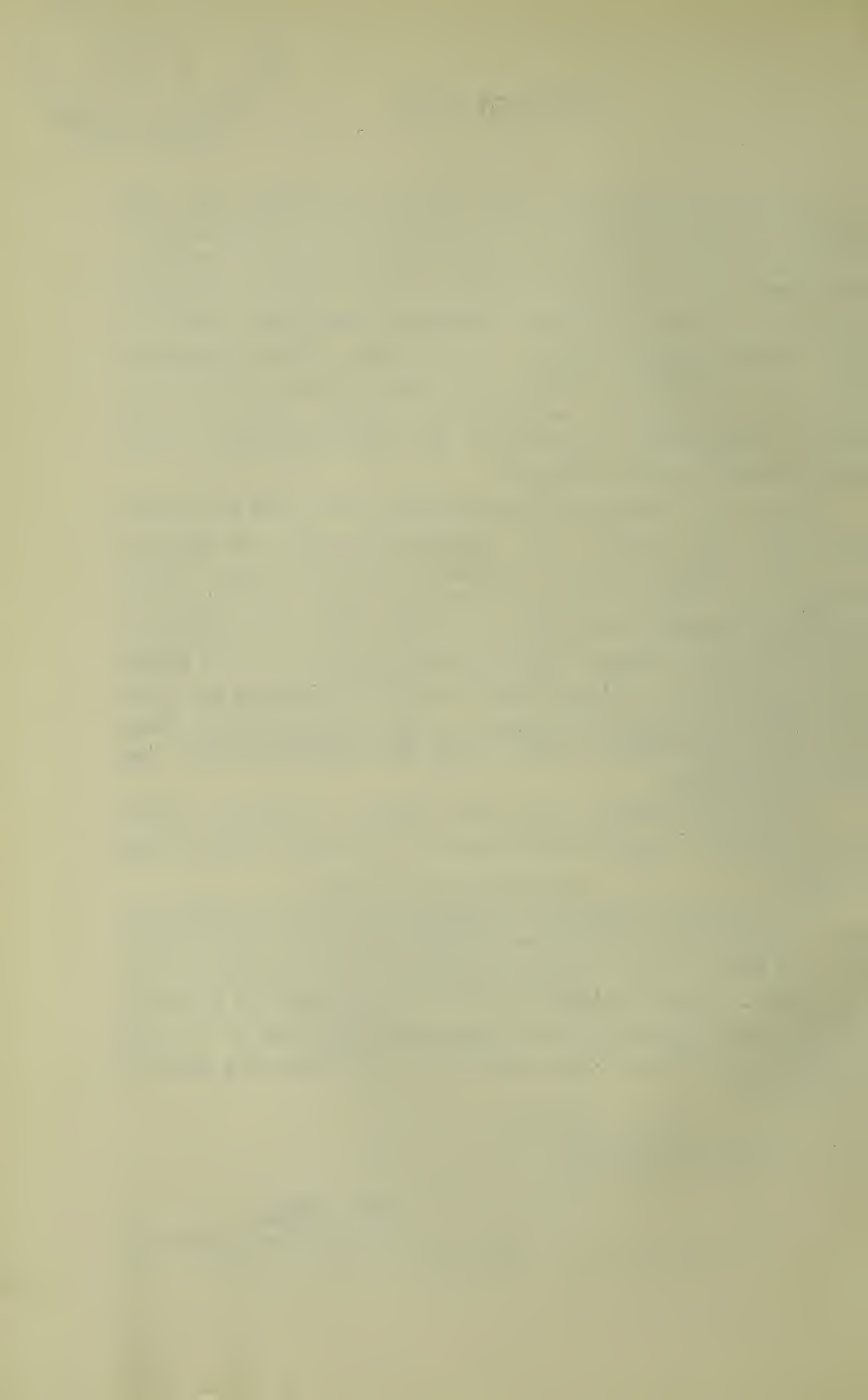
Aus ca. 500 einzelnen Kochvorschriften bauen sich die ebenso zahlreichen, nach Eiweiß-, Fett-, Kohlehydratgehalt und Kalorien für jeden einzelnen Tag berechneten Kostverordnungen dieses Buches auf. Die übersichtliche Anordnung wird es auch dem beschäftigten Praktiker ermöglichen, für jeden Fall die geeigneten Verordnungen zu finden. Für den Patienten und für die Küche gibt das Buch eine genaue Anleitung zur Ausführung der ärztlichen Weisungen und ermöglicht — unter Einhaltung der Verordnungen des Arztes — eine reiche Abwechslung in der täglichen Speisefolge.

Diese Bemerkungen mögen die Existenz des Buches neben den zahlreichen anderen Erscheinungen auf diesem Gebiet rechtfertigen.

Es ist mir eine angenehme Pflicht, Fräulein Helene Willnow, der Vorsteherin der Diätküche des Erholungsheims „Luisenruhe“ hier, an dieser Stelle meinen Dank und meine Anerkennung auszusprechen. Ihre Kochkunst und Gewissenhaftigkeit bei der Ausführung und Ausarbeitung der Kochvorschriften hat es mir ermöglicht, das Buch vor und während seiner Entstehung praktisch zu erproben.

Kurort Königsfeld
(Badischer Schwarzwald).

Dr. Schall,
Arzt an dem Erholungsheim „Luisenruhe“.



Inhaltsübersicht.



Bemerkungen für den Laien über die Zuckerkrankheit.[1])

Die eigentlichen Ursachen der merkwürdigen Krankheit, die den Namen Zuckerharnruhr, Zuckerkrankheit oder Diabetes führt, können hier nicht besprochen werden. Es genügt zu sagen, daß beim Zuckerkranken der Stoffwechsel derart gestört ist, daß die zuckerbildenden Stoffe der Nahrung, von denen noch ausführlich die Rede sein wird, nicht vom Körper verwertet werden können, sondern sich als Traubenzucker in schädlicher Menge im Blut anhäufen. Die Nieren scheiden diesen Stoff als unnütz aus dem Körper aus und so erkennt man die Zuckerkrankheit durch den Nachweis dieses Traubenzuckers im Urin. Die auf diese Weise verloren gehende Zuckermenge, welche der Gesunde zur Deckung seines Wärme- und Kraftbedarfs benützen würde, wird meist nach Prozenten berechnet. Allein richtig ist aber die Bestimmung der ausgeschiedenen Gramme Zucker, wie sie sich durch einfache Multiplikation der Prozente mit der Tagesurinmenge ausführen läßt [2]). Die letztere erhält man durch Sammlung des innerhalb 24 Stunden gelassenen Urins. Die Aufbewahrung muß an kühlem Ort erfolgen. Man bestimmt dann aus einer Urinprobe des gut gemischten Urins den Zuckergehalt. Für den Selbstgebrauch eignen sich die Prä-

Zuckerausscheidung.

---

[1]) Das Folgende ist teilweise dem bei J. B. Metzler-Stuttgart erschienenen Buch des Verfassers „Der menschliche Körper und seine Krankheiten" entnommen.

[2]) Zu welchen Fehlschlüssen die Prozentangabe führen kann, mag ein Beispiel zeigen: Wenn nach Verordnung von 1 l Mineralwasser der Prozentgehalt von 1% auf ½% absinkt, dann erklärt sich dies einfach durch die Urinverdünnung, nicht etwa durch eine besondere Heilwirkung der Quelle.

zisionssaccharometer, die überall zu erhalten sind und denen eine Gebrauchsanweisung beiliegt. — Nach altem Herkommen unterscheidet man leichte, mittelschwere und schwere Fälle von Zuckerkrankheit. Bei den ersteren wird schon durch relativ geringe Beschränkung der zuckerbildenden Nahrungsmittel Zuckerfreiheit erreicht, bei den mittelschweren Fällen muß die Beschränkung erheblich weiter gehen und bei den schweren Fällen gelingt es vielfach überhaupt nicht mehr, den Patienten zuckerfrei zu machen. Der Zuckerverlust, der ohne Behandlung täglich bis zu einem halben Kilogramm und mehr betragen kann, bedingt begreiflicherweise einen erheblichen Ausfall in der Ernährung. Die schlimmsten Folgen der Krankheit werden aber durch den hohen Zuckergehalt des Blutes verursacht, der eine Schädigung aller Organe mit sich bringt. Aus diesen Gründen ist dafür zu sorgen, daß der Zuckerkranke nicht mehr zuckerbildende Substanz in der Nahrung zu sich nimmt, als er verarbeiten kann. Man erkennt dies daran, daß der Urin zuckerfrei wird. Man erreicht dieses Ziel in der Praxis durch ein Verbot bzw. eine Einschränkung aller der Nahrungsmittel, die Zucker oder Stärke enthalten, da diese beiden Stoffe hauptsächlich zuckerbildend sind. Es sind also aus der Nahrung alle Brotarten, die Kartoffeln, Mehlspeisen, gezuckerten Speisen, Kuchen, süßes Obst und gezuckerten Getränke ganz oder zum größten Teil fortzulassen.

Blutzucker.

Diätbehandlung.

Diese „Diätbehandlung" des Diabetes ist die einzige Möglichkeit, den Kranken bei Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit zu erhalten; ja noch mehr, es läßt sich erreichen, daß aus mittelschweren Fällen leichte Fälle werden; sogar aus den schweren Fällen können mit Geduld noch mittelschwere gemacht werden. Man erklärt sich diese wirkliche Besserung dadurch, daß man eine Erholung der zuckerverarbeitenden Fähigkeit des Körpers durch die Schonung des Zuckerstoffwechsels annimmt. Es sei ausdrücklich betont, daß eine Besserung aber nur dann zu hoffen ist, wenn nie Diätfehler begangen werden, das heißt, wenn nie mehr zuckerbildende Nahrungsmittel genossen werden, als der Körper vertragen kann. Ein einziger Tag, an dem Zucker im Harn auftritt, kann den Erfolg von Monaten in Frage stellen.

Gesetze der Ernährung.

Um das Folgende verständlich zu machen, müssen einige Punkte der Ernährungslehre besprochen werden.

Unsere Nahrungsmittel bestehen hauptsächlich aus Eiweiß, Fett, Kohlehydraten, Wasser und Salzen. Die beiden letzteren interessieren uns hier nicht besonders, ebensowenig der Alkohol. Die drei ersteren (Eiweiß, Fett und Kohlehydrate) werden bei der Verdauung ins Blut aufgenommen, gelangen in verändertem Zustand in die Organe und unterliegen dort einem Verbrennungsprozeß, der unserem Körper Kraft und Wärme liefert, ganz wie dies die Kohlen unter dem Kessel der Dampfmaschine tun. Man bezeichnet die genannten Stoffe als „Nährstoffe“.

Nährstoffe.

Das Eiweiß hat seinen Namen vom Eiereiweiß, das 6% reines Eiweiß enthält. Es ist in fast allen Nahrungsmitteln, besonders reichlich im Fleisch, Käse und den Hülsenfrüchten enthalten. Durch seinen Gehalt an Stickstoff wird es zu einem durch die anderen Nährstoffe nicht ersetzbaren Körper, der den Zuwachs und Ersatz der Leibessubstanz zu liefern hat. Wenn nicht genügend Eiweiß in der Tagesnahrung enthalten ist, geht Leibessubstanz verloren. Die notwendige tägliche Eiweißzufuhr beträgt mindestens 40 g, durchschnittlich 70—80 g. Die Gefahr der Eiweißüberernährung kann hier nur kurz erwähnt werden. Sie beruht zum Teil auf der Entstehung giftiger Stoffwechselprodukte beim Abbau der Eiweißstoffe im Körper. Es wäre auf jeden Fall falsch, den Nährwert allein nach dem Gehalt an Eiweiß zu bestimmen.

Die Fette (und Öle) sind in tierischen und pflanzlichen Nahrungsmitteln enthalten, während die Kohlehydrate, unter denen sich der Leser am besten immer Mehle und Zucker denkt, in größerer Menge nur in pflanzlichen Stoffen vorkommen. Die Fette und Kohlehydrate müssen in der Hauptsache unseren Wärme- und Kraftbedarf decken. In der in Deutschland gewöhnlichen Nahrung verhalten sich die Fettmengen zu der Kohlehydratmenge wie 1 : 4 bis 1 : 5.

Nährwert (Kalorie).

So wie man ein Gewicht nach Grammen bestimmt und mißt, so hat man als Maß für den Nährwert die „Kalorie“[1]) festgesetzt. Eigentlich ist diese das Einheitsmaß für die Wärmemenge; da aber nach physikalischen Gesetzen eine bestimmte Wärmemenge stets einer bestimmten Energiemenge entspricht, so kann man den Energiewert, d. h. den Nährwert der Nahrung, ebenfalls in Kalorien ausdrücken. Eine Kalorie ist somit für uns weiter nichts als die Nährwertseinheit, d. h. das Maß für den Nährwert. Sie wird uns hier noch häufig beschäftigen. Die Kalorienmenge, welche ein Mensch täglich braucht, richtet sich nach seiner Körpergröße, seiner körperlichen Arbeitsleistung und seinem Wärmebedarf. Da letzterer wegen der ausgleichenden Wirkung von Kleidung und Heizung nicht viel schwankt, kann er als Faktor hier vernachlässigt werden. Aus den beiden anderen Gründen wird ein Kind weniger brauchen als ein Erwachsener und ein Bettlägeriger weniger als ein Arbeitender. Die folgende Übersicht gibt Anhaltspunkte für den Kalorienbedarf.

Kalorienbedarf.

Es braucht ein:

1. Bettlägeriger pro kg Körpergewicht täglich . . . . 25—28 Kal.
2. Ein Mann bei Zimmerruhe pro kg Körpergew. tägl. . . 28—35 Kal.

---

[1]) Eine Kalorie ist die Wärmemenge, die erforderlich ist, 1 Liter Wasser um 1° Celsius zu erwärmen.

3. Ein Mensch beim Gehen oder bei mittlerer Arbeit pro kg Körpergewicht täglich . . . . 35—45 Kal.
4. Ein schwer Arbeitender pro kg Körpergewicht täglich . . 45—80 Kal.

Hieraus berechnet sich bei einem Körpergewicht von 70 kg der Bedarf an Nährwerteinheiten bei:

1. zu 1750—1960, 3. zu 2450—3150,
2. zu 1960—2450, 4. zu 3150—5600.

In der Praxis erkennt man eine genügende Kalorienzufuhr daran daß das Körpergewicht bei der gewählten Nahrung nicht abnimmt.

Von den besprochenen Nährstoffen liefert nun

1 g Eiweiß . . . . . 4,1 Kal.
1 g Fett . . . . . . 9,3 Kal.
1 g Kohlehydrat . . . 4,1 Kal.

Der Alkohol, der in diesem Sinn auch Nährwert besitzt, liefert pro Gramm 7 Kalorien. Die Nährstoffe können sich entsprechend ihrem Nährwert gegenseitig vertreten. Nach obigen Angaben ist 1 g Fett = 1,3 Alkohol = 2,3 Eiweiß = 2,3 Kohlehydraten. Der Nährwert (Kalorienwert) der Nahrungsmittel läßt sich aus dem Gehalt an Eiweiß, Fett und Kohlehydraten leicht berechnen. Wenn z. B. ein Ei 6 g Eiweiß, 5,5 g Fett und 0,3 g Kohlehydrate enthält, dann ist sein

Nährwert $= 6 \times 4,1 + 5,5 \times 9,3 + 0,3 \times 4,1$
$= 24,6 + 51,2 + 1,2$
$= 7,7$ Kalorien.

Weiterhin ergibt sich, daß sich der Tagesbedarf von 3000 Kalorien durch 60 g Eiweiß, 100 g Fett und 446 g Kohlehydrate ebensogut decken läßt, wie z. B. durch 60 g Eiweiß, 200 g Fett und 220 g Kohlehydrate.

Eine ausführliche Zusammenstellung des Gehalts der Nahrungsmittel an Nährstoffen und Nährwert findet sich in der im selben Verlag erschienenen Nahrungsmitteltabelle [1]), deren Angaben den Berechnungen dieses Buches zugrunde liegen.

Nach diesen Vorbemerkungen über die Ernährungsgesetze sollen die Gesichtspunkte besprochen werden, die bei der Diät von Zuckerkranken zu berücksichtigen sind. Die zuckerbildenden Stoffe der Nahrung sind in erster Linie die Kohlehydrate, dann aber auch, besonders in schwereren Fällen, das Eiweiß. Während vom Gesunden die größtmöglichen Kohlehydratmengen vollständig verarbeitet werden können, verwertet der Zuckerkranke nur einen mehr oder weniger großen Teil. Bei einem Leichtkranken können beispielsweise noch 100 g Kohlehydrate täglich vom Körper verarbeitet werden, während ein Patient mit mittelschwerem Diabetes nur noch 50 g und ein sehr schwerkranker Diabetiker überhaupt keine Kohlehydrate mehr vertragen kann. Diese individuell ver-

Zuckerbildende Stoffe.

[1]) Nahrungsmitteltabelle von Dr. Schall und Dr. Heisler

schiedene Fähigkeit der Zuckerverwertung bezeichnet man als Toleranz. Ebenso verhält es sich mit dem Eiweiß, aus dem im Organismus auch Zucker entstehen kann. 100 g Eiweiß können theoretisch 82 g Zucker im Körper bilden. Man hat hieraus einen „Zuckerwert" der Nahrung berechnen wollen, der sich aus 82% des Eiweißes addiert zur Gesamtzahl der Kohlehydrate ergibt. Eine Nahrung mit 100 g Eiweiß und 50 g Kohlehydraten hätte demnach den Zuckerwert 132, das heißt sie könnte 132 g Zucker im Körper bilden. Von einer schematischen Anwendung dieses Zuckerwertes hält die Tatsache ab, daß der aus Eiweiß entstehende Zucker häufig viel besser vertragen wird als der Zucker der Kohlehydrate. Wie es eine Toleranz für Kohlehydrate gibt, so gibt es auch eine solche für Eiweiß. Im allgemeinen findet sich nur bei Schwerkranken auf Steigerung der Eiweißzufuhr eine vermehrte Zuckerausscheidung. Daß es nicht angängig ist, das Eiweiß unter ein bestimmtes Minimum zu beschränken, wurde schon S. 3 besprochen. Umgekehrt ist aber auch ein Übermaß von Eiweiß (über 150 g) als schädlich zu vermeiden.

Toleranz.

Für die Durchführung einer Diätkur ist unbedingt eine vom Arzt ausgeführte Toleranzbestimmung für Kohlehydrate, und wenn notwendig, auch für Eiweiß zu verlangen. Auf dieser Voraussetzung fußt das vorliegende Buch. Die Behandlung muß eben darauf hinauslaufen, daß dem Zuckerkranken niemals mehr zuckerbildende Nahrungsmittel zugeführt werden, als er, seiner Toleranz entsprechend, vertragen kann. Auf der anderen Seite ist es eine nutzlose Quälerei, mehr Einschränkungen als notwendig sind, aufzuerlegen. Aus praktischen Gründen gibt man am besten die Hälfte dessen, was vertragen werden könnte. Also wenn die Toleranz für Kohlehydrate 50 g beträgt, erlaubt man 25 g. Im Sanatorium oder Krankenhaus kann man natürlich auch mehr riskieren.

Durchführung der Diätkur.

Bis jetzt war nur von einer Beschränkung der Nahrung die Rede. Es ist natürlich nicht angängig, nur zu beschränken, sondern der Ausfall an Nährstoffen muß anderweitig ergänzt werden. Der Kalorienbedarf soll, wie oben gezeigt wurde, gedeckt werden, da sonst Abmagerung die Folge sein würde. In leichten Fällen könnte eine Zulage von Eiweiß den Kalorienausfall ersetzen. Da aber ein Übermaß von Eiweiß Nachteile mit sich bringt, ist es auch

hier besser, die Kohlehydrate durch Fett zu ersetzen. Noch mehr gilt dies für die schweren Fälle der Krankheit. Als ein Aushilfsmittel in der Not bleibt noch der Alkohol, der ebensowenig wie das Fett Zucker im Körper bildet. — Bei den ganz schweren Fällen von Zuckerkrankheit birgt leider die vollständige Entziehung der Kohlehydrate Gefahren. Es können dann aus den Fetten (und aus Bestandteilen des Eiweißes) höchst gefährliche Gifte entstehen, die man als Azetonkörper bezeichnet. Ihre Wirkung besteht in einer Säurevergiftung (Azidosis) des Körpers, die unter Erlöschen des Bewußtseins (Koma) zum Tode führen kann. Die drohende Gefahr bei zu starker Kohlehydratbeschränkung kann man daran erkennen, daß der Urin mit einigen Tropfen Eisenchloridlösung im Reagenzglas eine burgunderrote Farbe annimmt. Man nimmt als Grund der „Azidose" an, daß der normale Fettstoffwechsel nur bei gleichzeitiger Kohlehydratverbrennung erfolgen kann und gebraucht daher den Ausdruck, daß die Fette nur im Feuer der Kohlehydrate verbrennen. In all diesen Fällen hat der Arzt eine vorsichtige Diät zu verordnen, bei der lieber etwas Zuckerausscheidung besteht als die viel gefährlichere „Azidose". Bei den leichteren Fällen genügt es häufig, wenn von Zeit zu Zeit der Arzt eine Toleranzprüfung ausführt und den Patienten dann mit ensprechenden Diätverordnungen wieder sich selbst überläßt.

Wie werden nun solche Diätverordnungen gegeben? Leider soll es nicht nur in der guten alten Zeit vorgekommen sein, daß ein vielbeschäftigter Arzt den Zuckerkranken mit den inhaltsreichen Worten: „Essen Sie nichts Mehliges und nichts Süßes" in der Sprechstunde erledigte. Da ist die veraltete Methode, die Nahrungsmittel in verbotene und erlaubte einzuteilen, immerhin noch besser, wenn auch durch die neueren Anschauungen überholt. Wenn hier doch eine Einteilung der Nahrungsmittel nach ihrem Kohlehydratgehalt gegeben wird, so dient dies nur dazu, grobe Küchenverstöße zu vermeiden. Es empfiehlt sich, die folgende Tabelle abzuschreiben und in der Küche aufhängen zu lassen.

Erlaufte u. verbotene Nahrungsmittel.

Gruppe I würde den erlaubten, Gruppe III den verbotenen und Gruppe II den in geringen Mengen erlaubten Nahrungsmitteln entsprechen.

I. **Nahrungsmittel mit einem Gehalt unter 2% Kohlehydrate.**

Fleisch, Wild, Geflügel, Fische. Hirn, Bries, Lunge, Niere usw. außer Leber. Reine Fleischwürste. Fette (Fettgewebe, Knochenmark, Schmalz, Margarine). Butter und Öle. Speck, Schinken. Geräuchertes und gesalzenes Fleisch, ebenso Fische. Krebse. Eier, Kaviar, Gelatine. Käse, außer den unter II genannten. Grüner Salat, Gurken, Spargel. Leichte Weine, außer den unter II genannten. Reiner Kognak, Arrak, Rum, Kornbranntwein, Kartoffelbranntwein, Kirsch. Gewürze, soweit in geringen Mengen verwendet (außer Zwiebel, Senf, Zitronensaft und Ingwer), sind gestattet. Saccharin, Essig. Boumas Diabetikermilch, Unibrot.

IIa. **Nahrungsmittel mit einem Gehalt unter 5% und über 2% Kohlehydrate.**

Leber, Austern und Muscheln. Milch und Rahm. Sauermilch, Kefyr, Joghurt. Chester, Edamer, Fettkäse, Gorgonzola, Holländer, Magerkäse, Roquefort. Roborat. Blumenkohl, Rotkraut, Weißkraut, Radieschen, Tomaten, Sauerampfer, Rhabarber, Spinat. Pilze. Leichte Biere.

IIb. **Nahrungsmittel mit einem Gehalt unter 10% und über 5% Kohlehydrate.**

Grüne Bohnen, Kohlrabi, Rosenkohl, Grünkohl, Möhren, Rüben, Rettich, Sellerie, Kürbis, Melone, Zwiebel, Artischocken. Aprikosen, Pfirsiche, Brombeeren, Erdbeeren, Heidelbeeren, Johannisbeeren, Preißelbeeren, Stachelbeeren, Zitronensaft, Apfelsinen, Haselnüsse. Aleuronatmehl.

III. **Nahrungsmittel mit einem Gehalt über 10% Kohlehydrate.**

a) **Über 10% und unter 25%.**

Kartoffeln, Topinambur, Stachys. Grüne Erbsen, Meerrettich, Perlzwiebel, Knoblauch, Schwarzwurzeln. Äpfel, Birnen, Kirschen, Pflaumen, Reineclauden, Mirabellen, Zwetschgen, Weintrauben, Bananen, Walnüsse, Mandeln. Süß- und Südweine. Alkoholfreie Weine. Neuer Most.

b) **Über 25% Kohlehydrate.**

Alle Mehle, außer Conglutin, Aleuronat, Roborat und Energin. Alle Brote, Zwiebacke, Kuchen, Makkaroni, kurz alle aus gewöhnlichem Mehl hergestellten Speisen. Linsen, Erbsen und Bohnenkerne. Datteln und Feigen, Malagatrauben, Johannisbrot, Kastanien. Zucker, Honig. Kakao, Schokolade. Gesüßte Fruchtsäfte (gewöhnlicher Himbeersaft usw.). Liköre (Chartreuse, Benediktiner, Pfefferminz usw.).

Haupt- und Nebenkost

Einen großen Fortschritt bedeutet dieser Einteilung gegenüber die von v. Noorden eingeführte „Haupt- und Nebenkost". Erstere stellt die nahezu kohlehydratfreie Standarddiät dar, zu welcher die kohlehydrathaltige Nebenkost der Toleranz entsprechend zugegeben wird. Die letztere bestimmt man nach der „Äquivalententabelle". Diese berechnet die Toleranz nicht nach Grammen, sondern nach Weißbrötchen, die ca. 60% Kohlehydrate enthalten. Wenn nun ein Zuckerkranker 100 g Weißbrötchen verträgt, so kann er sich dafür die in der Äquivalententabelle als gleichwertig angeführten Mengen anderer Nahrungsmittel (Kartoffeln, Obst, Gemüse usw.) gewissermaßen eintauschen. Wenn allerdings recht abwechslungsreiche Speisezettel zusammengestellt oder gar die Eiweiß- und Fettmenge genauer bestimmt werden soll, dann versagt diese Methode.

Berechnete Kostverordnungen

Der Verfasser hat daher stets eine tägliche Berechnung der für den Zuckerkranken notwendigen Speiseverordnungen durchgeführt. Da bis jetzt nur Analysen von rohen Nahrungsmitteln in ausreichender Menge[1]) vorliegen, gestalteten sich diese Berechnungen äußerst zeitraubend, da jede zusammengesetzte Speise aus dem Gehalt der dazu verwendeten Rohmaterialien an Hand einer Nahrungsmitteltabelle berechnet werden mußte. Sollte also ein Zuckerkranker z. B. 120 g Eiweiß, 170 g Fett und 10 g Kohlehydrate bekommen, so hatte ein Diätzettel etwa folgendes Aussehen:

---

[1]) Für manche Gerichte wurden die Analysen tischfertiger Speisen von Sautier verwendet.

	Eiweiß	Fett	Kohle-hydrate	Kalorien
1. Frühstück:				
300 g Tee	0,0	0,0	0,0	0,0
100 g Diabetiker-Milch	3,1	4,8	0,1	57,0
2 gebackene Eier	12,2	11,2	0,6	150,0
20 g Butter	0,1	16,2	0,1	152,2
2. Frühstück:				
300 g Bouillon	1,8	1,8	0,0	24,0
1 Eigelb	2,6	4,9	0,0	59,0
100 g Schinken, gekocht	24,0	26,0	0,0	243,0
Mittagessen:				
300 g Bouillon	1,8	1,8	0,0	24,0
1 Ei	6,1	5,6	0,3	75,0
20 g Petersilie	0,5	0,1	1,5	9,4
75 g Ochsenfleisch (mager)	15,0	2,1	0,0	90,8
in 20 g Fett gebraten	0,1	18,3	0,0	170,2
100 g Spargel	1,4	0,1	2,0	16,0
Sauce { 1 Eigelb	2,6	4,9	0,0	59,0
Sauce { 25 g saurer Rahm	1,0	5,3	0,7	57,5
Sauce { 10 g Öl und Essig	0,0	9,3	0,0	90,5
50 g Champignons	1,7	0,1	1,5	14,5
10 g Fett	0,0	9,1	0,0	85,1
Vesper:				
10 g Kakao	0,9	2,7	3,3	42,3
200 g Diabetiker-Milch	6,2	9,6	0,2	114,0
1 Eigelb	2,6	4,9	0,0	59,0
Abendessen:				
150 g Schellfischfleisch	25,0	0,3	0,0	123,0
30 g Butter	2,1	24,4	0,2	228,3
50 g Sauermilchkäse	17,4	2,4	0,5	111,0
300 g Weißwein	0,0	(23,1) Alk.	0,9	189,0
20 g Kognak	0,0	(8,4) Alk.	0,1	59,6
Summe:	118	165	9	2195

Die Schwierigkeiten, durch Ab- und Zugeben der einzelnen Nährstoffe die gewünschten Summen für die einzelnen Nährstoffe zu erhalten und doch küchentechnisch brauchbare Zusammenstellungen zu erzielen, sind größer als man nach einem Blick auf obiges Beispiel denkt. Es ist kein Wunder, daß diese in der Theorie ideale Methode in der Praxis keinen Boden gewinnen konnte. So blieb die von v. Noorden eingeführte Äquivalentberechnung das beste und das Abgeben der Diätzusammenstellung an eine Köchin das häufigste Verfahren.

Der Verfasser hat es nun im vorliegenden Buch unternommen, eine Vereinfachung der Berechnung zu geben, durch die es praktisch möglich wird, ohne sonderliche Mühe ein für jeden Fall passendes Menu zu finden.

Als Grundlage dazu war eine genügend große Zahl von Kochrezepten, die für Diabetiker besonders geeignet sind und deren Nährstoffgehalt berechnet werden konnte, erforderlich. Da die in anderen Kochbüchern vorhandenen Rezepte diesen Anforderungen nicht entsprechen, mußten neue Rezepte ausgearbeitet werden. Jedes Rezept wurde nach der zitierten Nahrungsmitteltabelle auf Grund seiner Zusammensetzung aus Eiern, Milch, Butter usw. berechnet und die Zahlen für Eiweiß (E), Fett (F), Kohlehydrate (K) und Kalorien (C) beigesetzt. Der besseren Übersicht halber wurden dann diese Ergebnisse noch einmal in Tabellenform zusammengefaßt.

Es ist nun ein Leichtes geworden, hieraus Speiseverordnungen mit beliebigem Nährstoffgehalt zusammenzustellen. Es geschieht dies am besten in der Weise, daß zunächst die Kohlehydratsumme durch Wahl geeigneter Speisen festgelegt wird; dann kann durch Ab- und Zugeben eiweißreicher Speisen (Fleisch, Eier, Käse usw.) der verlangte Eiweißgehalt und endlich durch Zugabe von Butter, Fett, Öl, Rahm oder Speck die nötige Fett- und damit Kalorienmenge erreicht werden.

Am Schluß dieses Buches sind solche Speisefolgen in großer Zahl zusammengestellt und nach Kohlehydrat- und Eiweißgehalt geordnet. Gerade die kohlehydratarmen Speisezettel sind am reichlichsten vertreten, da sie am schwierigsten zusammenzustellen sind und weil sie durch Zulagen von kohlehydratreichen Speisen ohne Mühe für einen Leichtkranken abgeändert werden können. Auch bringt es dem letzteren keinen Schaden, wenn er ab und zu eine strengere Kost als notwendig wäre, bekommt.

Für den Arzt genügt es jetzt, Menu Nr. X zu verordnen; der Patient braucht dann nur seiner Köchin zu sagen: der Arzt hat mir alle Menus bis Nr. X erlaubt, kochen Sie mir diese unter genauer Befolgung der Rezepte! — Änderungen in d i e s e n kann sich allerdings nur der erlauben, der mit der Berechnung nach Nahrungsmitteltabellen vertraut ist.

Die Durchführung einer Diabetesdiät stellt an die Selbstüberwindung des Patienten große Anforderungen. Die Entbehrung des Brotes, der Kartoffeln, der Mehlspeisen und des Zuckers wird auf die Dauer so lästig empfunden, daß selbst vernünftige und willige Patienten dazu kommen, dem ärztlichen Verbot und der besseren eigenen Einsicht entgegen zu handeln. Möchte es dem Verfasser gelingen, mit diesem Buch den Kranken ihr Los zu erleichtern und den Ärzten zu helfen, die schon lange erkannte Notwendigkeit einer Diabetesbehandlung auf Grund der Toleranzbestimmung endlich aus der Theorie in die Praxis zu übertragen.

Allgemeine Regeln für die Küche.

Die Köchin muß in der gewöhnlichen bürgerlichen Küche bewandert sein. Es wäre ein großer Fehler, die Kochkunst gerade bei einem Zuckerkranken erlernen zu wollen. Was die Diabetesküche von der gewöhnlichen Küche unterscheidet, ist die Notwendigkeit größter Pünktlichkeit, Genauigkeit und Gewissenhaftigkeit. Die vorgeschriebenen Gewichtsmengen sind so genau wie irgend möglich einzuhalten und niemals darf sich die Köchin dabei, wie sonst wohl üblich, auf ihr „Augenmaß" verlassen. Sie muß sich dessen bewußt sein, daß von der Erfüllung ihrer Pflicht die Gesundheit eines Menschen abhängt. Die technischen Schwierigkeiten sind dagegen nicht derart, daß sie nicht nach kurzer Lehrzeit überwunden werden könnten, da die Rezepte in diesem Buch so gewählt wurden, daß sie leicht angefertigt werden können.

Außer dem Einhalten der verordneten Gewichtsmengen, wozu eine gutgehende Wage mit vollständigem Gewichtssatz nötig ist, ist ebenso wichtig, daß niemals Bestandteile der Rezepte durch beliebige andere ersetzt werden. Nur die Köchin, die an Hand der oben gegebenen Darstellung mit der Nahrungsmitteltabelle umzugehen versteht, darf solche Änderungen (Ersatz durch Nahrungs-

mittel ähnlichen Eiweiß- und Kohlehydratgehalts) selbst vornehmen. Vor groben Verstößen soll die Tabelle S. 7 u. 8 schützen. An dieser Stelle muß noch ausdrücklich vor dem Zusatz von Mehl, Zucker u. dgl. zu den Speisen gewarnt werden. Unabsichtlich erfolgt ein solcher bisweilen durch Fabrikkonserven, deren Gehalt nicht bekannt ist. Ebenso enthalten die im Handel befindlichen Diabetikerpräparate häufig viel mehr Kohlehydrate als den Angaben entspricht. Die große Mehrheit der Diabetikerbrote und -Gebäcke ist nicht nur nicht kohlehydratarm, geschweige denn kohlehydratfrei. Vor ihrer beliebigen Verwendung kann daher nicht genug gewarnt werden. Dasselbe gilt von Diabetikerschokolade, -Früchten und -Getränken. Auch die Tatsache, daß einige kartoffelähnliche Gemüse, wie Topinambur einen Teil ihrer Kohlehydrate in leichter ertragbarer Form enthalten, berechtigt noch lange nicht zu willkürlicher Verwendung in der Diabetikerküche. Kochbücher, deren einziges Merkmal darin besteht, daß Saccharin, Konglutin und Topinambur statt Zucker, Mehl und Kartoffeln verwendet werden, sind unbrauchbar und eine Gefahr für den Kranken.

Spezielle Kochvorschriften.

Als Vorbereitung ist eine Einteilung der notwendigen Fleisch-, Fisch-, Geflügel- und auch Gemüseportionen an Hand der verordneten Kostzettel vorzunehmen. Zum Abwiegen sind gutgehende Tafelwagen am geeignetsten. Ein mit Schrot gefüllter Becher, mit dessen Hilfe die etwa auf die Wage gestellten Gefäße, Teller usw. ausgeglichen werden können, erleichtert das Arbeiten sehr. Die Federwagen sind bequemer, aber für die Zwecke der Diabetesküche nicht genau genug. Auch die Flüssigkeitsmengen werden am besten auf der Wage abgemessen, indessen können sie auch ohne zu große Fehler in einem Meßgefäß als Kubikzentimeter bestimmt werden. In der kleinen Küche des Haushalts macht besonders das Abteilen bestimmter verlangter Gewichtsmengen Fleisch (z. B. Koteletts), Fisch und Geflügel Schwierigkeiten. Glücklicherweise kommt es gerade hierbei nicht auf eine so große Genauigkeit an. Wo diese doch erforderlich ist, wird der Arzt ausdrücklich Rezepte vorschreiben, in denen nur vom Knochen (bzw. den Gräten) abgelöstes Fleisch, das sich leicht genau abwiegen läßt, Verwendung findet. Reste lassen sich in jeder Küche leicht wieder verwenden.

Falls es dem Arzt wissenswert ist, wieviel der Patient von seinem Menu unverzehrt läßt, ist es gut, wenn die Köchin Überbleibsel, die auf den Tellern usw. gelassen wurden, abwiegt und aufschreibt.

Das Anrichten hat für den Zuckerkranken stets getrennt vom übrigen Tisch zu erfolgen, um Verwechslungen zu verhüten.

Da es sich in der Diabetesküche um die Zubereitung oft kleiner Einzelportionen handelt, sind hierfür nicht zu große Geschirre zu verwenden. Zu dem häufig notwendigen Dünsten oder Dämpfen bediene man sich einer sogenannten Nelsonkasserolle aus Aluminium oder Nickel mit recht festschließendem Deckel. Eine gute Bezugsquelle sind die Aluminiumwerke von Schmitz in Iserlohn. Zur Bereitung von Suppen und Tunken kann man sich derselben Kasserolle bedienen. Da ein Anbrennen in dieser ziemlich verhütet wird, erleichtert sie das Arbeiten in der Küche ungemein. Um Steaks zu rösten, kann man da, wo kein Fleisch-Rost vorhanden ist, eine kleine Aluminium- oder Eisenpfanne mit Stiel verwenden. Dabei muß auf hellem Feuer geröstet werden und die Butter zuvor recht gebräunt sein, damit dem kleinen Fleischstück der Saft erhalten bleibt.

Für Kompotte und Süßspeisen, besonders, wenn sie mit Saccharin gesüßt sind, sind irdene, glasierte kleine Kasserollen am besten, sofern sie nicht mit dem Feuer in direkte Berührung kommen sollen. Im letzteren Fall sind Aluminiumkasserollen oder gut verzinnte Kasserollen zu wählen, niemals Emaillgeschirre. Die Kompotte und Süßspeisen lasse man jedenfalls nur in Porzellan- oder Glasgeschirren erkalten und anrichten, da die mit Saccharin versetzten Speisen sonst an Aussehen und Geschmack leiden.

Verminderung der Kohlehydrate

In der Diabetesküche dienen ganz spezielle Küchenvorschriften dazu, den Nahrungsmitteln ihren Kohlehydratgehalt teilweise zu entziehen.

Bei Milch finden Verfahren Anwendung, die auch in der gewöhnlichen Küche gebräuchlich sind. Beim Sauerwerden der Milch wird ein Teil des Milchzuckers in Milchsäure verwandelt, beim Ansetzen von Kefyr und Kumys in Alkohol. Auch bei der Joghurtdarstellung geht ein Teil des Milchzuckers (etwa die Hälfte) in unschädliche Form über. Das wichtigste Milchprodukt ist für

den Diabetiker aber der Rahm, da die Anreicherung des Milchfettes den Zuckergehalt mindert unter gleichzeitiger Erhöhung des Nährwertes. Aus Rahm kann man eine zuckerarme Milch dadurch herstellen, daß man ihn mit kaltem oder heißem Wasser im Verhältnis 1 : 5 vermischt. Durch Zusatz von Eigelb läßt sich Geschmack und Aussehen noch verbessern.

Da die Gemüse beim Kochen etwa den vierten Teil ihrer Kohlehydrate in das Kochwasser abgeben, wird letzteres in der Diabetesküche weggegossen und abgespült. Durch Zusatz von Fett läßt sich dieser Ausfall an Nährwert leicht ersetzen. Zur guten Verschmelzung von Gemüse und Fett ist sorgfältiges Entfernen des Kochwassers (Ablaufenlassen, Ausschwenken, Abtrocknen zwischen Tüchern) erforderlich. Das Kohlehydratarmmachen der Kartoffeln erfolgt durch Zerreiben und Absetzenlassen des Mehls in Wasser. Der sich zu Boden setzende Teil des Mehls enthält am meisten Stärke und wird für die Diabetesküche daher nicht verwendet, während der kohlehydratärmere obere Teil durch Auspressen (durch ein Tuch) vom Wasser befreit wird und dann Verwendung finden kann, wie einige Rezepte zeigen werden.

Frisches Obst wird ebenso wie Gemüse mit Abkochen und Abspülen vorbehandelt. Beim Anrichten läßt man den Saft weg, da dieser am meisten Kohlehydrate enthält. Wichtig ist, daß für die Diabetesküche besonders noch nicht ausgereiftes Obst Verwendung finden soll, da es um einige Prozent weniger Kohlehydrate enthält als nach Vollendung der Reife.

Frische Pilze lasse man nicht kochen, da sie sonst zuviel an Geschmack verlieren. Man übergieße sie nur mit kochendem Wasser und spüle dann kalt nach.

Da einige Fleischsorten (Geflügel, Wild), ebenso Leber und Schalentiere gleichfalls Kohlehydrate enthalten, werden sie wie die Pilze abgebrüht.

Bei den Konserven (Obst, Gemüse und Pilze) lasse man die Brühe ohne Verwendung. Bei strenger Diät empfiehlt sich ein Abspülen mit heißem Wasser vor dem Kochen.

Bei geräucherten oder eingesalzenen Nahrungsmitteln gehen ebenfalls wie beim Kochen Kohlehydrate in die Brühe über.

Getrocknetes Obst, Gemüse und gedörrte Pilze muß man

8—12 Stunden in viel kaltem Wasser, das häufig gewechselt wird, weichen lassen. Dann kocht man wie bei frischem Gemüse ab und spült bis zum Erkalten.

Über die Ersatzpräparate für den Diabetiker

können wir uns kurz fassen. Es sind nur diejenigen hier aufgeführt, welche sich in unserer Praxis als gut bewiesen haben. Wer den Prospekten der betreffenden Firmen glaubt, braucht um Ersatz für Brot, Mehlspeisen und Süßigkeiten nicht in Verlegenheit zu kommen. Der Kranke glaubt ja allen so gern. Er und die Köchin sollen aber wissen, daß all die Diabetikerpräparate meist nicht viel weniger Kohlehydrate enthalten als die Nahrungsmittel, für die sie unschädlichen Ersatz bieten sollen. Wer sich für genaue Angaben interessiert, sei auf die Praxis der Ernährungstherapie[1]) verwiesen.

Brot.

Am meisten entbehrt der Diabetiker das Brot. Leider können die Versuche, ein nach Brot schmeckendes Gebäck ohne Kohlehydrate herzustellen, als gescheitert bezeichnet werden. Man kann sagen: je besser der Geschmack ist, desto höher ist der Kohlehydratgehalt. Dazu kommt bei vielen derartigen Produkten eine mangelhafte Haltbarkeit oder eine erhebliche Schwerverdaulichkeit.

Nun gibt es ein Brot von semmelähnlicher Form, das nur 7% Kohlehydrate enthält, das heißt in einem Brödchen 1 g. Es ist dies das Unibrot von Fromm in Kötzschenbroda. Daß es Brotgeschmack besitzt, wird allerdings nicht einmal sein Verfertiger behaupten wollen. Es läßt sich auch weder eintunken, noch rösten. Dagegen hat es sich als Unterlage für Butter, Aufschnitt u. dgl. bei unseren Schwerkranken als sehr zweckmäßig erwiesen, da ihm keines der anderen an Kohlehydratarmut nahe kommt. Statt der sonstigen Broterſatzpräparate verwendet man daher besser gewöhnliches Schwarzbrot in ganz dünnen Scheiben. Natürlich geht dies nur bei Leichterkranken mit genügender Toleranz. Die Mühe, Aleuronatbrote im Haushalt herzustellen, lohnt sich kaum, da zum Gelingen des Backens erhebliche Weizenmehlmengen erforderlich sind und die Brote dadurch zu kohlehydrat-

---

[1]) Die Praxis der Ernährungstherapie der Zuckerkrankheit, von Dr. Schall und Dr. Heisler. Würzburg, Kurt Kabitzsch.

haltig werden. Bei abwechslungsreichen Menus ist übrigens ein Brothunger recht wohl zu vermeiden.

Zucker. Für den Zucker ist der beste Ersatz das Saccharin. Man bezieht es am bequemsten in Tablettenform. Es sei betont, daß das Saccharin im Gegensatz zu dem sehr nahrhaften Zucker gar keinen Nährwert hat. Zum Süßen mancher Speisen ist es aber wohl geeignet. Den reinsten Süßgeschmack hat das Krystallsaccharin. Am besten wird es den fertigen Speisen in Lösung tropfenweise zugesetzt, In den alkalisch reagierenden Speisen zersetzt es sich. Die notwendigen Geschirre wurden schon besprochen. Es sei hier erwähnt, daß in guter, abwechslungsreicher Küche der Saccharinverbrauch sehr eingeschränkt werden kann. Der bei länger fortgesetztem Genuß nicht mehr los zu werdende widerlich süße Geschmack kann schließlich zur Zerstörung des für den Kranken wichtigen Appetits führen. Viele Speisen, die für gewöhnlich süß genossen werden, schmecken auch ohne Saccharin besser als mit diesem Süßstoffe.

Die übrigen Zuckerersatzmittel, z. B. Lävulose, sind nur auf ausdrückliche ärztliche Verordnung zu verwenden, da sie meistens nicht besser als gewöhnlicher Zucker vertragen werden.

Mehl. Als Ersatz für Mehl hat sich uns einzig das Aleuronatmehl [1]) bewährt. Wir haben es daher in der folgenden Rezeptsammlung ausschließlich benützt. Es enthält immerhin 7% Kohlehydrate, so daß es bei Schwerkranken nur in kleineren Mengen verwendet werden kann. Da es für sich allein nicht backfähig ist, kann es gewöhnliches Mehl natürlich nicht ersetzen, sondern dient nur zur Bereitung von Mehlschwitzen, als Beigabe zu Eierspeisen, zum Panieren u. dgl.

Beim Herstellen der „Mehlschwitze" oder „Einbrenne" wird man bemerken, daß Aleuronatmehl nicht so lange in der Butter schwitzt wie gewöhnliche Mehle; man darf es auch nach dem Ablöschen nicht so lange kochen lassen, da der Geschmack nach einmaligem Aufkochen völlig erschlossen ist. Ein längeres Stehen nach dem Anrichten beeinträchtigt das Aussehen, das überhaupt nicht so voll ist, wie bei der Herstellung mit gewöhnlichem Mehl. Der Geschmack ist nichtsdestoweniger vorzüglich. Ist eine dunklere

---

[1]) Hundhausen (Hamm i. W.).

Farbe erwünscht, dann kann man mit einem Tropfen guter, geschmackfreier Zuckerfarbe nachhelfen.

Als Ersatz für Kartoffeln werden in allen Diabeteskochbüchern Topinambur-, Stachys- und Oxalisknollen genannt. Allerdings enthalten sie einen Teil ihrer Kohlehydrate in einer Form, die für manche Diabetiker leichter erträglich ist. Deshalb dürfen sie aber doch nicht in beliebiger Menge verwendet werden, sondern man muß bedenken, daß etwa 20 g Topinambur 16 g Kartoffeln entsprechen. Es erscheint daher zweckmäßig, z. B. lieber statt 100 g Topinambur 80 g Kartoffeln zu reichen, wenn es die Toleranz gestattet. Da in dieser Menge 16 g Kohlehydrate enthalten sind, können Kartoffeln bei leichter Kranken wohl Verwendung finden und tragen dann zur Verminderung des Brothungers bei. Topinambur liegt schwerer im Magen als Kartoffel und läßt auch das angenehme Aroma der letzteren vermissen. Kartoffeln.

Über die nicht schwierige Kultur von Topinambur (Erdbirne), Stachys (Japanknollen) und Oxalis (Vierklee) gibt jede Samenhandlung Auskunft.

Der Ersatz für Milch ist vollkommen geglückt, indem es nach dem Verfahren von Dr. Bouma gelungen ist, eine Milch mit nur 0,1% Zucker herzustellen. Dieselbe ist sterilisiert von der Berliner Milchkuranstalt Hellersdorf Berlin W. 10 zu beziehen. Wo die Boumasche Milch nicht zu beziehen ist, bleibt nur die Selbstherstellung von zuckerarmer Milch wie sie S. 12 geschildert wurde, übrig. Milch.

Die zuckerfreien Kompotte und eingemachten Früchte werden am besten im Haushalt hergestellt, da man nur dann sicher fährt. Dasselbe gilt von allen anderen Konserven. Es sei hier noch auf die folgenden im Handel vorkommenden Nahrungsmittel hingewiesen, deren Kohlehydratfreiheit besonders fraglich ist: Fleischkonserven und Würste; Rahm und Schlagsahne, Obst-, Gemüse- und Pilzkonserven; Weine, Branntweine, Rum und Arrak.

Das Würzen der Speisen.

Der natürliche, durch die Zubereitung erschlossene Geschmack der Nahrungsmittel ist die beste Würze der Speisen. Vor einem Übermaß an Gewürzen ist beim Diabetiker, der ohnedies häufig unter starkem Durst zu leiden hat und dessen Nieren schon durch

die Zuckerausscheidung gereizt werden, besonders zu warnen. Der Kohlehydratgehalt kommt dagegen nur bei Senf, Zwiebel und Zitrone in Frage, da die verwendeten Mengen der anderen Gewürze sehr gering sind.

In den folgenden Rezepten wurden die Gewürze weggelassen und nur Salz genannt; es mag dem Geschmack des einzelnen überlassen werden, wie er würzen will.

Ein Zusatz von Nährsalzen, falls diese kohlehydratfrei sind (anscheinend z. B. Lahmanns Pflanzen-Nährsalz und Fromms Nährsalz), empfiehlt sich beim Zuckerkranken, da durch das Auskochen der Vegetabilien die Salze größtenteils verloren gehen.

Kochrezepte.

Die folgenden Rezepte sind aus der Zusammenarbeit von Arzt und Küche entstanden, damit Wissenschaft und Praxis gleichmäßig zum Wort kommen können. Die Beurteilung von Gerichten kann ja niemals nur auf Grund der chemischen Analyse erfolgen. Der Versuch, aus der Küchenpraxis eine Wissenschaft zu machen, ist trotz mehrfacher Bemühungen noch nicht gelungen. Nicht einmal eine logische Einteilung der Gerichte, z. B. nach den Hauptbestandteilen, wie dies Jürgensen versucht hat, kann befriedigen. Es wurde daher eine Anordnung gewählt, bei der die Köchin sich rasch zurecht finden kann, wenn erstere auch wegen Anwendung ungleichartiger Einteilungsgrundsätze dem Theoretiker nicht genügt (Suppen, Eierspeisen, Salate, Gemüse!). Die Übersichtstabelle am Schluß der Kochrezepte mag dem Arzt das Aufsuchen kohlehydratarmer Gerichte erleichtern.

Die angegebenen Mengen sind beim Kochen der Gerichte so genau wie möglich abzuwiegen. Nur Gewürze können nach Geschmack in ganz geringen Mengen dazu gegeben werden. Jedes Gericht stellt eine reichliche Einzelportion dar. Bei vielen Fleischspeisen, Gemüsen, Aufläufen, Süßspeisen usw. kann sehr wohl nur eine halbe Portion gegeben werden. In diesem Fall ist von allen vorgeschriebenen Bestandteilen des Gerichts genau die Hälfte zu nehmen oder die fertige Portion nach Maßgabe ihres Gewichts zu halbieren. Die Küchenausdrücke wurden nach Möglichkeit verdeutscht. Einige technische Punkte bedürfen noch der Erläuterung.

1. Das Dämpfen oder Dünsten wird in festgeschlossener (Nelson-) Kasserolle im eigenen Saft des Gerichtes oder mit ganz wenig Wasserzusatz ausgeführt.

2. Eine Mehlschwitze oder Einbrenne wird bei Aleuronatmehl wie beim gewöhnlichen Mehl dadurch hergestellt, daß man es in heiße Butter rührt, bis es aufgesogen ist.

3. Abkochen und Spülen heißt, das mit reichlich Wasser (ev. Salzwasser) versetzte Nahrungsmittel einmal aufkochen lassen und dann auf dem Sieb bis zum völligen Erkalten abspülen.

4. Fond bezeichnet die beim Dämpfen oder Braten entstehende Flüssigkeit, die zur Bereitung von Tunken Verwendung finden kann.

5. Wasserbad ist die bekannte Vorrichtung zweier ineinander gestellter Gefäße, von denen das äußere mit etwas Wasser gefüllt ist. Das Wasserbad dient zur Anwendung möglichst gleichmäßiger Hitze, z. B. zur Verhütung des Anbrennens oder wenn eine Creme recht zart geschlagen werden soll.

6. Butterpapier ist mit Butter gefettetes Pergamentpapier.

7. Diabetikermilch ist die unter Nr. 243 beschriebene Rahmverdünnung. Wo Boumasche Milch zu haben ist, kann diese Verwendung finden. Der Eiweißgehalt und Fettgehalt ist dann ähnlich wie bei frischer Milch, der Kohlehydratgehalt beträgt nur 0,1 %.

8. Zitronensaft bedeutet eine 6 %ige Zitronensäurelösung, die wie Essig vorrätig gehalten werden kann. (Man löse 60 g kristallisierte Zitronensäure in 1 Liter heißem Wasser.) Der Säuregehalt dieser Lösung entspricht frischem Zitronensaft. Wird letzterer verwendet, dann erhöht sich der Kohlehydratgehalt für je 10 g um 1 g.

9. Wurzelwerk besteht aus gleichen Teilen Sellerie, Lauch und Petersilienwurzel. Die Kochbrühe von 25 g Wurzelwerk wurde zu 0,5 g Kohlehydraten berechnet.

10. In den Rezepten kann auf Wunsch statt Butter ein anderes Fett, z. B. Palmin, Verwendung finden. Der Fettgehalt und Kalorienwert erfährt dadurch eine geringe Erhöhung. Die Butter soll bei bestehender Azidose ihres Buttersäuregehalts wegen ausgewaschen werden (durch Durchkneten in fließendem Wasser). Man mag sich dies zur Gewohnheit machen, wenn auch die bei der Azidose im Organismus selbst entstehenden Fettsäuren von ausschlaggebender Bedeutung sind. Bei manchen Gerichten scheint der Eiweißgehalt durch Verwendung von Aleuronatmehl etwas hoch. Dazu ist zu bemerken, daß das pflanzliche Eiweiß vom Diabetiker besonders leicht vertragen wird und daß die Schmackhaftigkeit der Speisen durch Aleuronat erheblich gewinnt.

Damit die Berechnung der Rezepte soweit als möglich mit der Wirklichkeit übereinstimmt, ist zu beachten, daß die bei der Zubereitung sich bildende Brühe oder Tunke mit angerichtet und verzehrt werden soll, da sie einen wesentlichen Teil der Nährstoffe enthält. Ausnahmen von dieser Regel sind stets besonders angegeben. Die Nahrungsmittel sind immer nach dem Putzen, also ohne Abfälle zu wiegen.

Die Grundlagen zur Berechnung von Eiweiß, Fett, Kohlehydraten und Kalorien (abgekürzt E, F, K und C) wurden der zitierten Nahrungsmitteltabelle entnommen. Die Zahlen entsprechen den ausnützbaren Nährstoffen, die Kalorien sind nach König berechnet. Bei den abgekochten und gespülten pflanzlichen Nahrungsmitteln wurden 25 % der Nährstoffe, bei gekochtem Wein der gesamte Alkoholgehalt in Abzug gebracht.

Die Verwendung von Konserven wird am Schluß dieses Abschnittes besprochen werden.

Ein kurzer Überblick des Gehaltes häufig verwendeter Speisenbestandteile findet sich in folgender Tabelle:

	E	F	K	C
Butter				
10 g	0,1	8,1	0,1	76
15 g	0,1	12,2	0,1	114
20 g	0,1	16,2	0,1	152
25 g	0,2	20,3	0,2	191
30 g	0,2	24,4	0,2	229
35 g	0,2	28,5	0,2	268
40 g	0,2	32,4	0,2	304
Schmalz				
10 g	0,0	9,5	0,0	89
Palmin				
10 g	0,0	9,5	0,0	89
Hühnerei				
1 Stück	6,1	5,6	0,3	75
2 Stück	12,2	11,2	0,6	150
Eigelb				
1 Stück	2,6	4,9	0,0	59
Eiweiß				
1 Stück	3,5	0,1	0,2	17
Aleuronatmehl				
10 g	7,6	0,1	0,7	40
15 g	11,4	0,1	1,0	60
20 g	15,2	0,1	1,4	80
25 g	19,1	0,1	1,8	100
30 g	23,0	0,2	2,1	120
35 g	26,7	0,2	2,5	142
40 g	30,5	0,2	2,8	160
50 g	38,1	0,3	3,6	200
Gelatine				
3 g	2,5	0,0	0,0	8
4 g	3,4	0,0	0,0	14
5 g	4,3	0,0	0,0	18
Rahm				
10 g	0,4	2,3	0,4	24
15 g	0,6	3,4	0,6	37

	E	F	K	C
Rahm				
20 g	0,8	4,5	0,8	49
25 g	1,0	5,7	1,0	62
30 g	1,1	6,8	1,1	73
35 g	1,3	7,9	1,3	86
40 g	1,5	9,0	1,5	98
50 g	1,9	11,3	1,9	122
Saurer Rahm				
20 g	0,8	4,3	0,6	46
25 g	1,0	5,4	0,7	58
30 g	1,1	6,5	0,8	69
50 g	2,0	10,8	1,4	115
Diabetikermilch; Rezept Nr. 545				
60 g	0,4	2,3	0,4	24
100 g	0,6	3,8	0,6	41
Diabetikermilch (nach Bouma).				
100 g	3,1	4,8	0,1	58
Öl				
10 g	0,0	9,7	0,0	92
15 g	0,0	14,6	0,0	136
20 g	0,0	19,4	0,0	181
30 g	0,0	29,1	0,0	272
Speck				
10 g	0,9	6,9	0,0	69
15 g	1,3	10,4	0,0	106
20 g	1,7	13,8	0,0	137
25 g	2,2	17,3	0,0	172

	E	F	K	C
Speck				
30 g	2,6	20,8	0,0	206
35 g	3,0	24,2	0,0	240
40 g	3,5	27,6	0,0	274
50 g	4,4	34,6	0,0	343
60 g	5,2	41,5	0,0	412
Zwiebel				
10 g	0,1	0,0	0,9	4
Maggi				
5 g	1,0	0,1	0,0	6
Bouillon				
10 g	0,1	0,1	0,0	1
50 g	0,3	0,3	0,0	4
100 g	0,6	0,6	0,0	8
125 g	0,8	0,8	0,0	10
300 g	1,8	1,8	0,0	24
Unibrot				
1 Stück	10,0	0,0	0,9	53
Schweizerkäse				
10 g	2,8	2,7	0,2	42
20 g	5,6	5,4	0,3	84
Sardelle				
10 g	2,2	0,2	0,0	12
Ölsardinen				
25 g	6,5	2,5	0,0	55
Saure Gurke				
100 g	0,3	0,1	0,8	5

Ein Beispiel soll noch die Art und Weise zeigen, wie die Zahlen für den Gehalt an Nährstoffen und Kalorien berechnet wurden:

Nr. 286. Fleischauflauf.

150 g Kalbsbraten werden zu ganz feinem Püree verarbeitet; 30 g Butter, 15 g Aleuronatmehl, 3 Eigelb, etwas Salz und zuletzt der Eierschnee daran gegeben und die ganze Masse 10 Minuten

lang gleichmäßig verrührt. Man bäckt 20 Minuten in gut gebutterter Auflaufform.

	E	F	K	C
150 g Kalbsbraten [1])	37,5	9,0	0,0	255
3 Eier	18,3	16,8	0,9	225
15 g Aleuronatmehl	11,4	0,1	1,3	60
30 g Butter	0,2	24,4	0,2	229
	67,4	50,3	2,4	769
Abgerundet:	E 67,5	F 50,5	K 2,5	C 770

Einteilung der Gerichte.

I. Suppen.
II. Fleisch, Geflügel, Fische, Schaltiere.
III. Fleischgerichte (Zunge, Leber, Nieren, Deutsches Beefsteak, Klops, Bratwurst, Aufschnitt, Ragouts, Fleischsalate, Sülzen).
IV. Eierspeisen und Aufläufe.
V. Gemüse, Pilze und Mehlspeisen.
VI. Salate.
VII. Tunken.
VIII. Belegte Brötchen.
IX. Kompotte.
X. Gebäcke.
XI. Süße Speisen.
XII. Getränke.

I. Suppen.

Die Brühe, welche die Suppengrundlage bildet, hat nur wenig Nährwert. Erst die Einlage der verschiedenen tierischen und pflanzlichen Nahrungsmittel bedingt ihren Nährstoffgehalt. Die folgenden Suppenrezepte sind nach den jeweiligen Einlagen geordnet. Die als Bouillon bezeichneten (Nr. 1—4) geben eine Tasse voll, die anderen Portionen reichen für einen Teller. Die

[1]) Nach einer Analyse für gebratenes Kalbfleisch.

sog. gebundenen Suppen können durch Zugabe von 15 oder auch 20 g Butter erheblich fettreicher und nahrhafter gemacht werden.

Die mit Aleuronatmehl gebundenen Suppen brauchen nicht so lange zu kochen wie die Suppen der gewöhnlichen Küche, auch empfiehlt es sich, das Aleuronatmehl erst zum Schluß beizufügen. Einem erheblicheren Flüssigkeitsverlust durch längeres Kochen muß durch Nachfüllen von Wasser möglichst begegnet werden.

Für den Diabetiker eignen sich die Suppen als Eingangsgerichte mittags besonders deshalb, weil sie rasch ein Gefühl von Sättigung geben. Ihre Brauchbarkeit hängt wesentlich von der Einlage ab, worüber bei Fleisch, Gemüse, Eiern usw. noch Näheres zu finden ist.

1. Bouillon aus Ochsenfleisch.

125 g Ochsenfleisch kocht man in 250 g schwachem Salzwasser mit 25 g Suppenwurzel zusammen 1½ Stunden. Die Brühe muß auf 125 g einkochen und wird vor dem Anrichten durch ein feines Sieb gegeben.

E 1,0 F 1,0 K 0,0 C 10.

2. Bouillon nach Maggi mit Eigelb.

5 g Maggi's gekörnte Fleischbrühe oder 1 Maggiwürfel werden in 125 g kochendem Wasser vollkommen aufgelöst und mit einem Eigelb gebunden.

E 3,5 F 5,0 K 0,0 C 65.

3. Bouillon mit Ochsenmark.

Man gibt 15 g gewässertes Knochenmark in 125 g kochende Fleischbrühe, läßt 1 Minute ziehen und richtet sogleich an.

E 1,0 F 13,5 K 0,0 C 130.

4. Bouillon mit Ei.

Man zerschlägt in einer Tasse ein Ei recht fein und gibt 125 g heiße Fleischbrühe darauf.

E 7,0 F 6,5 K 0,0 C 85.

5. Einlaufsuppe.

Man läßt in 180 g (kochende) Fleischbrühe ein zerklopftes Ei über dem Kochlöffel einlaufen.

E 7,5 F 7,0 K 0,5 C 90.

6. Fleischbrühe mit Eierstich.

Man zerklopft ein Ei in 30 g Diabetikermilch und etwas Salz, gibt es in ein gebuttertes Porzellanförmchen und kocht es im Wasserbad im Bratofen 20 Minuten ganz langsam. Dann stürzt man die Masse und schneidet sie in Würfel, welche man als Einlage in 180 g Fleischbrühe gibt.

E 7,0 F 7,5 K 0,5 C 100.

7. Fleischbrühe mit Aleuronatklößchen.

Man schlägt 30 g Wasser, 20 g Butter und 25 g Aleuronatmehl so lange auf dem Feuer, bis sich die Masse vom Topf löst. Dann gibt man 1 Eigelb und etwas Salz dazu, formt kleine Klößchen und kocht diese in 180 g Fleischbrühe einmal auf.

E 23,0 F 22,5 K 2,0 C 325.

8. Suppe mit Ochsenfleisch.

150 g Ochsenfleisch werden in 250 g Salzwasser ¾ Stunden lang gekocht. Dazu gibt man 15 g Blumenkohl, 15 g Gelbrüben, 15 g Wirsing, 15 g Spargel und 5 g Lauch (alles abgekocht und gespült), kocht recht weich und richtet mit dem zerschnittenen Fleisch zusammen an.

E 31,0 F 4,0 K 2,5 C 195.

9. Ochsenschwanzsuppe.

Man schneidet 100 g Ochsenschwanz in kleine Stücke und röstet diese in 30 g Butter und 25 g Suppenwurzel einige Minuten. Dann gießt man 250 g Wasser dazu und läßt 1½ Stunden kochen, gibt die Suppe durch ein feines Sieb, kocht sie mit 100 g Rotwein und etwas Salz nochmals auf und gibt das von den Knochen gelöste und in feine Streifchen geschnittene Ochsenschwanzfleisch als Einlage.

E 9,0 F 25,5 K 2,5 C 285.
(Berechnet sind 30 g Ochsenschwanzfleisch.)

10. Suppe mit Kalbfleisch.

150 g Kalbfleisch werden in 250 g Salzwasser ¾ Stunden lang gekocht. Dazu gibt man 20 g Spargel, 20 g Erbsen, 20 g gelbe Rüben und 5 g Sellerie (alles abgekocht und gespült), kocht gut weich und richtet zusammen an.

E 35,5 F 1,5 K 3,0 C 195.

11. Kalbshirnsuppe.

60 g Kalbshirn läßt man an der Seite des Herdes recht weiß ziehen. Nach dem Enthäuten wird es in 180 g Fleischbrühe gargekocht und alles durch ein Sieb gegeben. Man bindet die Suppe mit 20 g Rahm und einem Eigelb.

E 10,0 F 15,5 K 1,0 C 195.

12. Kalbsmilchsuppe.

60 g Kalbsmilch läßt man unter häufigem Wasserwechsel an der Seite des Feuers recht weiß ziehen. Nach dem Enthäuten wird sie in Würfel geschnitten und in 180 g Fleischbrühe weich gekocht, worauf man alles durch ein Sieb gibt. Man bindet die Suppe mit 20 g Rahm und einem Eigelb.

E 21,0 F 11,0 K 1,0 C 205.

13. Wildsuppe.

100 g Wildfleisch ohne Knochen (Reh, Hase, Hirsch, Rebhuhn usw.) werden in feine Würfel geschnitten, desgleichen 10 g Schinken und 25 g Suppenwurzel. Man röstet alles in 30 g Butter recht braun und kocht es mit 180 g Fleischbrühe 1 Stunde[1]). Die Suppe wird durch ein feines Sieb gestrichen und mit Salz und 100 g Rotwein nochmals aufgekocht.

Für Rehfleisch berechnet: E 22,0 F 29,5 K 3,0 C 390.

14. Geflügelsuppe.

120 g Geflügelbrust ohne Knochen dünstet man in 20 g Butter einige Minuten und kocht dies mit 25 g Suppenwurzel in 250 g

[1]) Die Flüssigkeitsmenge muß bis zum Schluß auf gleicher Höhe erhalten werden.

Salzwasser 1 Stunde. Dann wird das Fleisch in feine Streifchen geschnitten und als Einlage in die durchs Sieb gestrichene und mit 20 g Rahm und 1 Eigelb gebundene Suppe gegeben.

Für Huhn berechnet: E 27,0 F 27,5 K 3,0 C 395.

15. Hühnersuppe.

120 g Hühnerfleisch werden in 250 g Salzwasser ¾ Stunden gekocht. Dazu gibt man 20 g Spargel, 20 g grüne Erbsen, 20 g gelbe Rüben, 5 g Sellerie und 5 g Lauch (alles abgekocht und gespült), kocht dies weich und richtet zusammen mit dem zerschnittenen Hühnerfleisch an.

E 24,0 F 1,5 K 3,0 C 145.

16. Taubensuppe.

1 Taube (bratfertig ca. 200 g, davon 150 g Fleisch) wird in 250 g Salzwasser ½ Stunde gekocht. 20 g Erbsen, 20 g gelbe Rüben und 20 g Spargel werden abgekocht und gespült und mit der Taube zusammen angerichtet.

E 33,5 F 1,5 K 2,5 C 185.

17. Fasanensuppe.

150 g Fasanenbrust ohne Knochen werden in 20 g Butter, 25 g Suppenwurzel und 10 g Schinkenwürfeln einige Minuten gedämpft. Dann kocht man dies mit 250 g Wasser 1¼ Stunden. Hierauf wird die Suppe durch ein feines Sieb gegeben und das in feine Streifen geschnittene Brustfleisch als Einlage dazu getan. Zum Schluß bindet man die Suppe mit 20 g Rahm und 1 Eigelb.

E 43,5 F 30,5 K 3,0 C 500.

18. Fischsuppe.

50 g zerkleinertes Fischfleisch werden in 20 g Butter gedünstet, dann mit 180 g Wasser einige Minuten gekocht, durch ein Sieb gestrichen, nochmals aufgekocht und mit einem Eigelb, 20 g Rahm und 10 g Aleuronatmehl gebunden.

Für Zander berechnet: E 18,5 F 27,0 K 1,5 C 310.

19. Krebssuppe.

Aus 50 g abgekochten Krebsen wird das Schwanzfleisch herausgelöst. Die Schalen werden durch die Hackmaschine getrieben und mit 10 g Butter im Mörser fein gestoßen. Der entstandene Brei wird in 10 g Butter einige Minuten lang gedünstet und dies mit 250 g Fleischbrühe ¾ Stunden lang gekocht. Die Suppe wird dann durch ein Sieb gestrichen, mit etwas Salz gewürzt und mit 10 g Rahm und 1 Eigelb gebunden. Als Einlage wird das Schwanzfleisch gegeben.

E 9,5 F 25,0 K 0,5 C 275.

(Berechnet sind 30 g Schwanzfleisch.)

20. Spargelsuppe.

Man schwitzt 10 g Aleuronatmehl in 15 g Butter und verkocht dies mit 250 g Fleischbrühe recht gleichmäßig. Nach Zugabe von Salz bindet man die Suppe mit 35 g Rahm und einem Eigelb. Dazu werden als Einlage 60 g Spargelstücke (konserv.) gegeben.

E 16,0 F 26,0 K 3,5 C 325.

21. Spinatsuppe.

Das Püree von 60 g frischem Spinat wird in 20 g Butter gedünstet und dann in 180 g Fleischbrühe verkocht. Man bindet die Suppe mit 20 g Rahm und einem Eigelb.

E 6,0 F 26,5 K 2,5 C 290.

22. Sauerampfersuppe.

Wie Spinatsuppe Nr. 21, aber von 20 g frischem Sauerampfer. E 4,5 F 26,5 K 1,5 C 275.

23. Kerbelsuppe.

20 g Aleuronatmehl gibt man in 20 g heiße Butter, kocht mit 150 g Fleischbrühe auf und fügt 10 g feingewiegten Kerbel und Salz hinzu. Dann bindet man mit 20 g Rahm und gibt als Einlage 1 verlorenes Ei.

E 23,5 F 27,5 K 3,5 C 380.

24. Salatsuppe.

Man bereitet aus 60 g geputzten Salatblättern ein feines Püree. Dieses wird in 20 g Butter gedünstet und dann in 180 g Fleischbrühe verkocht. Man bindet die Suppe mit 20 g Rahm und einem Eigelb.

E 5,0 F 26,5 K 2,0 C 280.

25. Endiviensuppe.

Man verfahre wie bei der Salatsuppe.

E 5,0 F 26,5 K 2,0 C 280.

26. Blumenkohlsuppe.

30 g Blumenkohlröschen werden abgekocht und trocken ausgehoben. Sie werden dann in 250 g Fleischbrühe weichgekocht, durch ein Sieb gestrichen und zu der Fleischbrühe getan. Man bindet die Suppe mit 20 g Rahm und einem Eigelb.

E 5,5 F 14,0 K 1,5 C 160.

27. Tomatensuppe.

100 g Tomatenscheiben werden mit 200 g Fleischbrühe und Salz recht gut verkocht, durch ein feines Sieb gestrichen und vor dem Auftragen mit einem Eigelb und 35 g süßem Rahm gebunden.

E 16,0 F 14,0 K 4,5 C 180.

28. Zwiebelsuppe.

Man dünstet 10 g Zwiebelscheiben einige Minuten in 20 g Butter weich, wobei sie hell bleiben müssen. Dann gibt man 250 g Fleischbrühe dazu, läßt alles ½ Stunde lang kochen, gibt es durch ein feines Sieb und bindet die Suppe mit 1 Eigelb und 20 g Rahm.

E 5,0 F 27,0 K 2,0 C 285.

29. Gelbrübensuppe.

75 g feingeschnittene gelbe Rüben kocht man in 500 g Salzwasser recht weich, läßt zur Hälfte einkochen, streicht alles durch ein feines Sieb, gibt 15 g Aleuronatmehl, 15 g Butter und 25 g Mosel dazu und läßt nochmals leicht aufkochen.

E 14,5 F 12,5 K 7,0 C 215.

30. Roterübensuppe.

40 g ungeschälte rote Rüben kocht man in schwachem Salzwasser weich und wässert sie ½ Stunde. Dann werden sie geschält und auf dem Reibeisen in eine Terrine gerieben. Der Brei wird mit Essig und Salz gewürzt und dann 200 g kochende, kräftige Fleischbrühe darauf gegeben.

E 3,0 F 7,5 K 3,5 C 95.

(Berechnet wurden 35 g rote Rüben.)

Dazu gekochtes Ochsenfleisch.

31. Selleriesuppe.

40 g Sellerie werden in feine Scheibchen geschnitten, abgekocht und gespült. Dann werden sie in 20 g Butter einige Minuten gedünstet und mit 200 g Fleischbrühe 1 Stunde gekocht. Man streicht die Suppe durch ein feines Sieb, kocht sie mit etwas Salz nochmals auf und bindet sie kurz vor dem Anrichten mit 20 g Rahm und 1 Eigelb.

E 5,0 F 27,0 K 4,0 C 290.

32. Schwarzwurzelsuppe.

50 g Schwarzwurzeln werden geputzt, abgekocht und gespült. Man schneidet sie in kleine Stücke, kocht diese in 200 g Fleischbrühe weich und streicht sie durch ein Sieb. Unter Zugabe von 20 g Butter, 10 g Aleuronatmehl und Salz kocht man nochmals auf und bindet die Suppe mit 25 g Rahm und einem Eigelb.

E 13,0 F 28,0 K 7,0 C 355.

33. Suppe von grünen Erbsen.

100 g grüne Erbsen (frisch) werden in 200 g Salzwasser weichgedünstet, durch ein feines Sieb gestrichen und mit 10 g Butter und 5 g Aleuronatmehl nochmals aufgekocht.

E 8,5 F 8,5 K 11,0 C 165.

Statt frischen grünen Erbsen 100 g Konserve in 200 g Fleischbrühe:

E 7,5 F 8,5 K 8,5 C 150

34. Suppe von grünen Erbsen mit Aleuronatklößchen.

In die Suppe von grünen Erbsen (Nr. 33) werden folgende Aleuronatklößchen gegeben: Man schlägt 30 g Wasser, 20 g Butter und 25 g Aleuronatmehl so lange auf dem Feuer, bis sich die Masse vom Topf löst. Dann gibt man 1 Eigelb und etwas Salz dazu, formt kleine Klößchen und kocht sie in Wasser einmal auf.

E 30,5 F 29,5 K 13,0 C 445.

35. Gemüsesuppe.

15 g Blumenkohl, 15 g gelbe Rüben, 15 g Wirsing, 15 g grüne Erbsen und 5 g Lauch werden abgekocht, gespült und dann mit 180 g Fleischbrühe weichgekocht.

E 2,5 F 1,5 K 3,5 C 35.

36. Kartoffelsuppe I.

80 g geschälte Kartoffeln werden in Stückchen geschnitten, abgekocht und gespült. Hierauf läßt man sie in 250 g Fleischbrühe weichkochen, streicht sie durch ein feines Sieb und läßt sie mit 10 g Butter nochmals aufkochen. Vor dem Anrichten bindet man mit 20 g süßem Rahm und 1 Eigelb.

E 6,5 F 19,0 K 17,0 C 275.

37. Kartoffelsuppe II.

70 g Ochsenfleisch werden würflig geschnitten und in 15 g Butter 5 Minuten geröstet. Dann gibt man 300 g Salzwasser und Püree aus 80 g Kartoffeln (ohne Milch und Butter!) dazu und läßt ½ Stunde kochen.

E 15,5 F 10,0 K 16,0 C 230.

38. Topinambursuppe.

60 g geschälte Topinamburknollen werden abgekocht und gespült, dann in feine Scheibchen geschnitten und in 180 g Fleischbrühe weich gekocht. Der Brei wird durch ein feines Sieb gestrichen und mit 20 g Butter und 20 g Aleuronatmehl nochmals aufgekocht. Die mit Salz gewürzte Suppe wird mit 20 g Rahm und 1 Eigelb gebunden.

E 20,5 F 27,0 K 9,5 C 385.

39. Stachyssuppe.

50 g Stachysknollen werden abgekocht, gespült, abgezogen und in 200 g Fleischbrühe weich gekocht. Man streicht sie durch ein feines Sieb, kocht sie mit 20 g Butter und 20 g Aleuronatmehl nochmals auf, würzt die Suppe mit Salz und bindet sie mit 20 g Rahm und 1 Eigelb.

E 20,5 F 26,5 K 8,5 C 380.

40. Champignonsuppe.

30 g geputzte, frische Champignons werden feinblättrig geschnitten und in 20 g Butter einige Minuten gedünstet. Dann gibt man 20 g Aleuronatmehl, 180 g Fleischbrühe, 1 Eßlöffel Zitronensaft und etwas Salz dazu, kocht alles 20 Minuten und bindet die Suppe vor dem Anrichten mit einem Eigelb und 20 g süßem Rahm.

E 21,0 F 27,0 K 3,0 C 365.

41. Steinpilzsuppe.

100 g geputzte Steinpilze werden feinblättrig geschnitten und in 20 g Butter und etwas Zitronensaft einige Minuten gedünstet. Man verkocht dies mit 180 g Fleischbrühe recht glatt, gibt etwas Salz und gekochte Petersilie daran und bindet die Suppe mit 20 g Rahm und 1 Eigelb.

E 8,0 F 26,5 K 5,0 C 320.

42. Pfifferlingsuppe.

80 g frische Pfifferlinge werden gewaschen und gebrüht, feingehackt und in 20 g Butter mit 20 g Aleuronatmehl einige Minuten gedünstet. Hierauf werden sie mit 150 g Fleischbrühe glatt verkocht und zuletzt wird die Suppe mit 20 g Rahm und 1 Eigelb gebunden.

E 20,5 F 26,0 K 4,0 C 380.

43. Morchelsuppe.

80 g frische Morcheln werden gewaschen und gebrüht, dann feingehackt und in 20 g Butter mit 20 g Aleuronatmehl einige Minuten gedünstet. Hierauf verkocht man sie mit 150 g Fleisch-

brühe glatt und gibt Salz, etwas Petersilie und zuletzt 20 g süßen Rahm und 1 Eigelb daran.

E 21,0 F 27,0 K 4,5 C 380.

44. Käsesuppe.

Man kocht 250 g Fleischbrühe mit 20 g Zwiebelscheiben und 30 g geriebenem Schweizerkäse einigemal auf, streicht die Suppe durch ein feines Sieb, läßt alles nochmals aufkochen und bindet vor dem Anrichten mit 20 g Butter, 20 g Rahm und einem Eigelb.

E 13,5 F 35,5 K 2,5 C 410.

45. Aleuronatmehlsuppe I.

25 g Aleuronatmehl werden in 200 g Salzwasser 5 Minuten gekocht und mit einem Eigelb und 20 g Butter gebunden. Man gibt die Suppe durch ein Sieb.

E 21,5 F 21,0 K 2,0 C 310.

46. Aleuronatmehlsuppe II.

25 g Aleuronatmehl werden in 200 g Fleischbrühe 5 Minuten lang gekocht, durch ein Sieb gegeben und angerichtet.

E 20,5 F 1,5 K 2,0 C 115.

47. Gebrannte Suppe.

Man röstet 30 g Aleuronatmehl in 25 g gebräunter Butter gelb und kocht mit 200 g Fleischbrühe einmal auf. Dann würzt man mit Salz und streicht die Suppe vor dem Auftragen durch ein Sieb.

E 25,5 F 22,0 K 2,5 C 330.

48. Hafermehlsuppe.

20 g Hafermehl rührt man in 40 g kaltem Wasser glatt, gibt 80 g kochendes Wasser dazu und kocht unter fortwährendem Rühren 10 Minuten, zuletzt unter Zugabe von 20 g Butter und Salz.

E 2,0 F 13,0 K 13,0 C 180.

49. Haferflockensuppe.

20 g Haferflocken werden in 300 g leichtem Salzwasser 10 Minuten lang gekocht, durch ein feines Sieb gegeben, und mit 20 g Butter nochmals aufgekocht.

E 2,0 F 17,0 K 12,5 C 270.

50. Reissuppe.

20 g Reis werden in 250 g Fleischbrühe weichgekocht.

E 3,0 F 1,5 K 15,0 C 85.

51. Äpfelsuppe.

80 g geschälte und in feine Scheibchen zerschnittene Äpfel werden abgekocht, gespült und dann in 125 g Wasser, 50 g Mosel, einem Eßlöffel Zitronensaft und 1 Tablette Saccharin vollends weich gekocht. Man streicht die Suppe durch ein feines Sieb und bindet mit 10 g Aleuronatmehl.

E 8,5 F 0,0 K 8,5 C 75.

52. Kirschsuppe.

100 g entsteinte Sauerkirschen werden in 150 g Wasser weichgekocht und durch ein feines Sieb gestrichen. Nach Zugabe von Zimt, 1 Tablette Saccharin, 50 g Rotwein und 15 g Aleuronatmehl wird die Suppe noch einmal aufgekocht.

E 13,5 F 0,0 K 9,5 C 100.

53. Zwetschgensuppe.

80 g entsteinte Zwetschgen werden in 180 g Wasser weichgekocht und durch ein feines Sieb gestrichen. Dann wird mit Zimt, Nelken und 1 Tablette Saccharin noch mehrmals aufgekocht und schließlich 50 g Mosel und 15 g Aleuronatmehl dazugegeben.

E 13,0 F 0,0 K 8,5 C 95.

54. Erdbeersuppe.

100 g Erdbeeren werden gut gespült, in 200 g Wasser, 50 g Mosel nebst einer Tablette Saccharin einige Minuten gekocht

und durch ein feines Sieb gestrichen. Nach Zugabe von 15 g Aleuronatmehl wird die Suppe nochmals aufgekocht.

E 14,0 F 0,0 K 11,5 C 105.

55. Himbeersuppe.

100 g Himbeeren werden gut gespült und mit 120 g Wasser und 50 g Mosel durch ein feines Sieb gestrichen. Hierzu gibt man einen Eßlöffel Zitronensaft, 15 g Aleuronatmehl sowie 1 Tablette Saccharin und läßt die Suppe noch einmal aufkochen.

E 13,5 F 0,0 K 7,5 C 95.

II. Fleisch.

Man findet im folgenden die zubereiteten Fleischsorten nach der Tierart geordnet.

1. Rind, 2. Kalb, 3. Hammel, 4. Schwein, 5. Vierfüßiges Wild, 6. Geflügel, 7. Fisch, 8. Schalentiere.

Die zwei hauptsächlichen Methoden der Zubereitung sind das Kochen und Braten. In der Mitte steht das Dämpfen. Beim Koch- und Bratprozeß wird der Nährwert des frischen Fleisches durch Wasserverlust höher. Beim gebratenen und gedünsteten Fleisch ist besonders die Fettzugabe wichtig. Das Fett dringt aber nur teilweise in das Fleisch ein, der größere Teil geht in die Bratenbrühe, die daher stets mitgereicht werden soll.

Wo es angängig war, wurden knochenfreie Fleischstücke verwendet, um nachträgliche Abfälle zu vermeiden. In den anderen Fällen (besonders bei Geflügel und Fisch) wurde der durchschnittliche Abfall an Knochen, Gräten usw. in Abzug gebracht. Den Berechnungen wurde (mit Ausnahme von Schinken) stets mageres Fleisch zugrunde gelegt.

Die Nummern 56, 60, 65, 67, 77, 81, 84, 87, 94, 95, 101, 105, 108, 112, 113, 118, 132, 135, 147, 149, 154, 160, 165 und 171 sind Analysen von 100 g gekochtem bzw. gebratenem Fleisch vom größeren Stück [1]).

---

[1]) Teilweise nach Analysen von Sautier.

Es geben diese Angaben die Möglichkeit, beliebig große Fleischportionen vom größeren Stück zu reichen. Da sich diese Analysen auf das Fleisch ohne die Bratenbrühe beziehen, ist letztere nach Nr. 412 besonders zu berechnen. Die als Einzelportion zubereiteten Stücke mußten aus küchentechnischen Gründen vielfach etwas groß ausfallen. Werden diese Portionen kleiner gewählt, so trocknet das Stück bei der Zubereitung leicht aus.

Das Fleisch ist für den Diabetiker seiner Kohlehydratfreiheit wegen von großer Bedeutung. Um aber die Schäden der Eiweißüberernährung zu vermeiden, dürfen nicht mehr als 150—250 g Fleisch täglich gegeben werden.

Das gebratene Fleisch ist besonders durch seinen oben erwähnten Fettgehalt wichtig. Aus denselben Gründen wird das fette Fleisch (Schweinefleisch, Schinken, Speck) bevorzugt.

56. Gekochtes Ochsenfleisch

vom größeren Stück (in Salzwasser mit Wurzeln gekocht).
1 Portion = 100 g.

E 29,0 F 6,5 K 0,0 C 195.
(Ohne Brühe.)

57. Ochsenfleisch, gekocht.

250 g Ochsenfleisch werden mit 15 g Wurzelwerk in 250 g Salzwasser $2\frac{1}{4}$ Stunden gekocht.

E 53,5 F 17,5 K 0,0 C 400.

58. Ochsenfleisch mit Weißkraut.

200 g Weißkraut werden abgekocht, gespült und durch die Hackmaschine getrieben. Zuvor hat man 180 g Ochsenfleisch (ohne Knochen) in 200 g Salzwasser kochen lassen. Hierzu gibt man den Krautbrei und kocht alles 1—$1\frac{1}{2}$ Stunden lang ein.

E 38,0 F 5,0 K 7,0 C 255.

59. Ochsenfleisch mit gelben Rüben.

180 g Ochsenfleisch werden in 200 g Salzwasser $\frac{3}{4}$ Stunden lang gekocht. Hierzu gibt man gekochte, gespülte und in Streifen geschnittene Gelbrüben (roh 80 g) und kocht alles recht weich.

E 36,5 F 5,0 K 4,5 C 235.

60. Gebratenes Rindfleisch (Rinderbraten, Lende) vom größeren Stück.

(Gespickt und mit Fett gebraten.) 1 Portion = 100 g.
E 25,0 F 8,0 K 0,0 C 190.
(Ohne Brühe.)

61. Lendenbeefsteak.

180 g Ochsenlende werden leicht geklopft, mit Salz eingerieben und dann 4 Minuten in 20 g gebräunter Butter bei hellem Feuer gebraten. Man gibt 10 g geröstete Zwiebelringe dazu.
E 36,0 F 21,0 K 0,5 C 370.

62. Rostbeef.

180 g Rostbeef (eine Scheibe) werden leicht geklopft, mit Salz eingerieben und in 20 g steigender Butter 4 Minuten auf jeder Seite über hellem Feuer gebraten.
E 36,0 F 21,0 K 0,0 C 370.

63. Roulade von Ochsenfleisch.

180 g Ochsenfleisch (eine flache Scheibe) werden geklopft und mit Salz eingerieben. Man legt 25 g Speck und 10 g Zwiebel darauf, rollt die Scheibe zusammen, umwickelt sie mit einem Faden und bräunt sie in 25 g Butter von allen Seiten an. Zum Schluß wird alles in 30 g Fleischbrühe und 30 g saurem Rahm 1½ Stunden gedämpft.
E 39,5 F 49,0 K 2,0 C 660.

Dazu Blumenkohl, grüne Erbsen, Tomaten, gelbe Rüben, Schmorgurken, Salate.

64. Sauerbraten.

180 g Ochsenfleisch werden 24 Stunden mariniert (Wasser ziemlich stark mit Essig gesäuert, dazu einige Zwiebelscheiben, Gewürz und Salz getan). Dann wird das Fleisch mit 20 g Speckstreifen gespickt und in 20 g Butter angebräunt. Zuletzt dämpft man es unter Zugabe von einigen Eßlöffeln der Marinade und 60 g Fleischbrühe 1¾ Stunden in der Nelsonkasserolle. Der Bratensaft wird kurz vor dem Anrichten mit 5 g Aleuronat gebunden.
E 42,0 F 35,5 K 0,5 C 495.

Dazu Kartoffelgerichte, Gemüse und Salate.

65. Gekochtes Kalbfleisch vom größeren Stück.

(In Salzwasser mit Wurzeln gekocht.)

1 Portion = 100 g. E 26,0 F 1,0 K 0,0 C 115.
(Ohne Brühe.)

66. Kalbfleisch, gekocht.

200 g Kalbfleisch ohne Knochen (Brust) werden in schwachem Salzwasser mit 15 g Wurzelwerk 1¼ Stunde gekocht und trocken ausgehoben.

E 38,0 F 1,5 K 0,0 C 200.

Dazu holländische Tunke, Morcheltunke, Petersilientunke.

67. Gebratenes Kalbfleisch (Kalbsbraten) vom größeren Stück.

(Mit Fett gebratenes Filet.)

1 Portion = 100 g. E 25,0 F 6,0 K 0,0 C 170.

68. Kalbsteak.

150 g Kalbsfilet werden geklopft und mit 5 g Salz eingerieben. Man brät das Filet in 20 g Butter 4 Minuten auf beiden Seiten über hellem Feuer.

E 28,5 F 17,5 K 0,0 C 300.

69. Kalbsschnitzel, paniert.

150 g Kalbsschnitzel werden leicht geklopft, mit Salz eingerieben und mit ¼ verklopftem Ei und 20 g geriebenem Schweizerkäse paniert. Man brät 4—5 Minuten in 25 g steigender Butter.

E 36,5 F 28,5 K 0,5 C 445.

70. Rahmschnitzel.

150 g Kalbsschnitzel werden leicht geklopft, mit 10 g Speck dicht gespickt, mit Salz eingerieben und in 10 g Butter 2 Minuten von beiden Seiten gebraten. Dann gibt man es mit 20 g saurem Rahm und 5 g Aleuronatmehl in die Nelsonkasserolle und läßt es 8 Minuten dünsten.

E 34,0 F 16,5 K 1,0 C 360.

71. Kalbskotelette.

150 g Kalbskotelette ohne Knochen werden geklopft, mit Salz leicht eingerieben und in 20 g gebräunter Butter 2 Minuten auf jeder Seite schnell gebraten.

E 28,5 F 17,5 K 0,0 C 300.

72. Roulade von Kalbfleisch.

150 g Kalbfleisch in flacher Scheibe werden leicht geklopft und mit Salz eingerieben. Dann legt man 15 g Speckstreifchen darauf, rollt zusammen und umwickelt mit einem Faden. Die Roulade wird in 20 g Butter leicht angebräunt, 20 g Fleischbrühe, 30 g saurer Rahm und 10 g Zwiebelringe dazu gegeben und alles 1 Stunde langsam gedünstet.

E 31,0 F 34,5 K 2,0 C 485.

Dazu Gemüse und Salate.

73. Kalbsbrust.

200 g Kalbsbrust werden mit Knorpeln in große Würfel geschnitten und diese mit 250 g Salzwasser und 20 g Zwiebeln 1 Stunde gekocht. Man hebt dann das Fleisch aus der Brühe und verkocht diese mit 20 g Aleuronatmehl und 15 g Butter, gießt sie durch ein feines Sieb, gibt 10 g gehackte Petersilie daran und läßt das Fleisch in dieser Tunke 5 Minuten dämpfen.

E 50,0 F 13,5 K 3,0 C 375.

(Berechnet sind 180 g Fleisch.)

74. Kalbshaxe, gedämpft.

350 g Kalbshaxe werden in 15 g Butter und 25 g Speckwürfeln von beiden Seiten gebräunt; 30 g Zwiebel und 25 g saurer Rahm dazugegeben und in festschließender Kasserolle 1½ Stunden gedämpft. Die sich bildende Tunke wird mit 25 g Aleuronatmehl eingedickt, mit 10 g Zitronensaft gewürzt und mit allen Zutaten über der Haxe angerichtet.

E 51,0 F 36,0 K 5,5 C 605.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

75. Kalbskopf, gedämpft.

180 g Kalbskopf (Backenstück) werden in schwachem Salzwasser weichgekocht, leicht gepreßt, in nicht zu kleine Stücke geschnitten und diese in Petersilientunke (Nr. 432) einige Minuten gedämpft.
E 55,0 F 23,0 K 3,0 C 495.
(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

76. Kalbskopf, gebacken.

180 g Kalbskopf werden in leichtem Salzwasser weich gekocht, dann leicht gepreßt, in Salz und 10 g Aleuronatmehl gewälzt und schließlich in 25 g Butter von beiden Seiten braun gebacken.
E 36,5 F 21,5 K 1,0 C 380.
(Berechnet sind 150 g Fleisch.)
Dazu Zitrone oder Salat.

77. Gekochtes Hammelfleisch vom größeren Stück.

1 Portion = 100 g. E 31,0 F 4,5 K 0,0 C 170.
(Ohne Brühe.)

78. Hammelfleisch mit Gurkentunke.

200 g Hammelfleisch werden in 20 g Speck, 10 g Butter, 20 g Fleischbrühe und Salz 1½ Stunden langsam gedünstet. Die sich bildende Brühe wird mit 10 g Aleuronatmehl gebunden und mit 30 g in feine Würfel geschnittener saurer Gurke einmal aufgekocht. Man richtet zusammen an.
E 43,0 F 33,0 K 1,5 C 520.

79. Hammelfleisch mit gelben Rüben.

180 g Hammelfleisch ohne Knochen werden in 250 g Salzwasser ¾ Stunden lang gekocht. Hierzu gibt man abgekochte, gespülte und in Streifen geschnittene Gelbrüben (80 g roh) und kocht alles recht weich.
E 28,5 F 10,0 K 4,5 C 255.

80. Hammelfleisch mit Weißkraut.

200 g Weißkraut werden abgekocht, gespült und durch die Hackmaschine getrieben. Zuvor hat man 180 g Hammelfleisch

(ohne Knochen) in 200 g Salzwasser kochen lassen. Hierzu gibt man den Krautbrei und kocht alles 1—1½ Stunden ein.

E 32,0 F 10,0 K 7,0 C 270.

81. Gebratenes Hammelfleisch (Hammelbraten) vom größeren Stück (Keule mit Fett gebraten).

1 Portion = 100 g. E 25,0 F 6,5 K 0,0 C 175.
(Ohne Brühe.)

82. Hammelkeule.

200 g Hammelkeule läßt man in gut schließender Kasserolle mit 20 g Butter auf beiden Seiten schön bräunen. Dann gibt man 125 g Salzwasser und 5 g Zwiebelscheiben daran und läßt 1½ Stunden dämpfen. Das Fleisch richtet man mit der sich bildenden Brühe an.

E 33,0 F 27,0 K 0,5 C 415.

Dazu Bohnen, Wachsbohnen, Weißkraut, rote Rüben, gelbe Rüben, Gurken.

83. Hammelkotelette.

200 g Hammelrückenstück (ohne Knochen) werden zweifingerdick geschnitten, von beiden Seiten gut geklopft, gesalzen und in 15 g steigender Butter von beiden Seiten auf offenem Feuer in 4 Minuten gebraten.

E 33,5 F 23,0 K 0,0 C 375.

Dazu Prinzeßbohnen, Kohlrabi, Spinat, Spargel, Erbsengemüse und Bearner Tunke, Zwiebeltunke.

84. Gekochtes Schweinefleisch vom größeren Stück.

1 Portion = 100 g. E 28,5 F 7,0 K 0,0 C 180.
(Ohne Brühe.)

Dazu Sauerkraut.

85. Schweinefleisch mit Weißkraut.

200 g Weißkraut werden abgekocht, gespült und durch die Hackmaschine getrieben. Zuvor hat man 180 g Schweinefleisch (Kammstück) in 200 g Salzwasser kochen lassen. Hierzu gibt man den Krautbrei und kocht alles 1—1½ Stunden ein.

E 37,5 F 11,0 K 7,0 C 305.

86. Schweinefleisch mit gelben Rüben.

180 g Kammstück (ohne Knochen) werden in 250 g Salzwasser ¾ Stunden lang gekocht. Hierzu gibt man gekochte, gespülte und in Streifen geschnittene Gelbrüben (80 g roh) und kocht alles recht weich.

E 36,0 F 11,0 K 4,5 C 280.

87. Gebratenes Schweinefleisch (Schweinebraten) vom größeren Stück (Filet mit Fett gebraten).

1 Portion = 100 g. E 29,0 F 10,5 K 0,0 C 225.
(Ohne Brühe.)

88. Schweinsfilet, geröstet.

150 g Schweinsfilet werden von der Schnittseite abwärts flach geklopft, mit Salz eingerieben und in 15 g steigender Butter auf hellem Feuer 4 Minuten gebraten.

E 29,5 F 21,0 K 0,0 C 340.

89. Schweinskotelette.

150 g Schweinskotelette (ohne Knochen) werden leicht geklopft, mit Salz eingerieben und in 15 g steigender Butter gebraten.

E 29,5 F 21,0 K 0,0 C 340.

90. Schweinskotelette, paniert.

150 g Schweinskotelette (ohne Knochen) werden in Salz und 10 g Aleuronatmehl gewälzt, dann in ¼ verklopftes Ei gelegt, mit 20 g geriebenem Schweizerkäse bestreut und in 20 g steigender Butter von beiden Seiten braun gebraten.

E 45,0 F 35,5 K 1,5 C 550.

Dazu alle feinen Gemüse und Salate.

91. Pökelfleisch mit Weißkraut.

200 g Weißkraut werden abgekocht, gespült und durch die Hackmaschine getrieben. Zuvor hat man 180 g Pökelfleisch (Kamm) in 200 g Salzwasser kochen lassen. Hierzu gibt man den Krautbrei und kocht alles 1—1½ Stunden ein.

E 41,5 F 15,0 K 7,0 C 360.

92. Pökelfleisch mit Sauerkraut.

180 g Pökelkamm werden 1 Stunde lang gewässert. Ferner werden 200 g Sauerkraut mit 20 g Schweinefett und 180 g Wasser aufs Feuer gegeben, das Fleisch obenauf gelegt und alles in der Nelsonkasserolle 1¾ Stunden gedünstet.

E 46,0 F 36,0 K 4,5 C 560.

93. Pökelfleisch mit Kohlrüben.

100 g Kohlrüben werden in Streifen geschnitten, abgekocht und gespült. Hierzu bringt man 180 g gut gewässerten Pökelkamm mit 60 g Wasser und kocht alles in der Nelsonkasserolle 1—1½ Stunden.

E 44,5 F 16,0 K 4,5 C 390.

94. Gekochter Schinken (fett) vom Stück.

1 Portion = 100 g. E 23,5 F 24,5 K 0,0 C 345.

95. Gekochter Schinken (mager).

1 Portion = 100 g. E 24,5 F 8,5 K 0,0 C 190.

Dazu Spargel, Erbsen, Sauerkraut.

96. Schinken mit Burgundertunke.

100 g gekochter Schinken werden in einer Burgundertunke aus 20 g Aleuronatmehl, 20 g heißer Butter, 40 g Fleischbrühe, 50 g Rotwein, 10 g Zwiebel und 5 g Maggi (genaue Vorschrift siehe Nr. 416) erhitzt (nicht gekocht).

E 41,5 F 41,0 K 3,0 C 595.

97. Gebackener Schinken.

Man rührt 1 Ei mit 40 g Salzwasser und 40 g Aleuronatmehl einige Minuten, füllt 50 g Schinkenscheiben [1]) in den Teig und bäckt in 30 g Butter gelbbraun.

E 49,5 F 7,5 K 3,0 C 315.

---

[1]) Lachsschinken, Kernschinken oder gekochter Schinken.

98. Gekochter Speck.

150 g durchwachsener Speck werden in 250 g Wasser ¾ Stunden langsam gekocht.

E 13,0 F 104,0 K 0,0 C 1030.

Zu allen Gemüsen oder kalt als Beigabe zum Brot.
½ Portion = E 6,5 F 52,0 K 0,0 C 515.

99. Gebratener Speck.

100 g durchwachsener Speck werden in feine Scheiben geschnitten und auf der Pfanne 3 Minuten gebraten.

E 8,5 F 69,0 K 0,0 C 685.

Zu Gemüsen.
½ Portion = E 4,5 F 34,5 K 0,0 C 345.

100. Speck und Zwiebel.

50 g fetter Speck werden in feine Würfel geschnitten und leicht auf eiserner Pfanne geröstet. Dazu gibt man dann 30 g feine Zwiebelwürfel und Salz und röstet alles noch einige Minuten.

E 4,5 F 34,5 K 2,5 C 355.

Dazu Salat, saure Gurken oder Kartoffeln in der Schale.

101. Rehbraten vom größeren Stück.

(Rehziemer mit Speck gespickt und in Fett gebraten.)
1 Portion = 100 g.

E 25,5 F 6,0 K 0,0 C 160.
(Ohne Brühe.)

Dazu feines Gemüse, Pilze, Salate, Kompotte (Preißelbeeren, Apfelbrei usw.)

102. Rehfilet, gedünstet.

150 g Rehfilet werden mit 15 g Speckstreifen gespickt, in 15 g Butter 4 Minuten gebraten und in festschließender Kasserolle mit 20 g saurem Rahm. 20 g feinblättrig geschnittenen Champignons und Salz 8 Minuten gedünstet.

E 31,5 F 18,0 K 3,5 C 330.

103. Rehkotelette.

180 g Rehrücken mit einer Rippe werden leicht geklopft, gesalzen und in 10 g Butter 4 Minuten auf hellem Feuer gebraten.

E 29,0 F 11,0 K 0,0 C 245.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

104. Rahmschnitzel von Hirschfleisch.

180 g Hirschkeule werden leicht geklopft, mit 15 g Speckstreifchen gespickt und mit Salz eingerieben. Man brät das Schnitzel in 15 g Butter 3 Minuten von jeder Seite, gibt es mit 20 g feinblättrig geschnittenen Champignons und 20 g saurem Rahm in die festschließende Kasserolle und läßt es noch 8 Minuten dünsten.

E 37,5 F 30,5 K 1,5 C 465.

105. Hasenbraten vom größeren Stück.

(Gespickt und mit Fett gebraten.)

1 Portion Fleisch ohne Knochen = 100 g.

E 28,5 F 5,5 K 0,0 C 185.
(Ohne Brühe.)

Dazu Rotkraut, Sauerkraut, Apfelbrei, Preißelbeeren.

106. Hasenschlegel, gebraten.

Wie Hasenrücken (Nr. 107).

180 g ohne Knochen.

E 45,0 F 46,0 K 1,5 C 645.

107. Hasenrücken, gebraten.

300 g Hasenrücken (180 g Fleisch) werden mit 30 g Speckstreifen fein gespickt und in 20 g Butter, 30 g saurem Rahm und Salz ½ Stunde im Ofen schön braun gebraten.

E 45,0 F 46,0 K 1,5 C 645.

108. Gekochtes Hühnerfleisch.

Geflügel.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Knochen.

E 29,5 F 4,5 K 0,0 C 170.
(Ohne Brühe.)

109. Huhn, gedämpft.

200 g Hühnerbrust oder Schlegel werden in 30 g Speckscheiben gehüllt, mit Butterpapier umwickelt und in 25 g Butter, 20 g Fleischbrühe und Salz ½ Stunde gedünstet. Dann wird dem Bratenfond 30 g saurer Rahm zugefügt, alles noch ¼ Stunde schwach gedünstet und ohne Papier mit dem Speck und der Brühe angerichtet.

E 33,0 F 49,5 K 1,0 C 605.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

Dazu jedes feine Gemüse und jeder Salat.

110. Poulardebrust, gedünstet.

200 g Poulardenbrustfleisch werden mit 10 g Speckstreifen gespickt und mit Salz eingerieben. Dann gießt man 10 g zerlassene Butter darüber, hüllt die Brust gleichmäßig in Butterpapier ein und läßt sie im Ofenrohr in der Nelsonkasserolle mit 10 g Butter, Zitronensaft und 20 g saurem Rahm 8—10 Minuten dünsten. Man trägt in der Kasserolle auf.

E 30,5 F 29,5 K 0,5 C 400.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

Dazu alle feinen Gemüse und Salate.

111. Huhn mit Tomate.

200 g Brustfleisch eines alten Huhns werden in 300 g Salzwasser und 30 g Wurzelwerk ¾ Stunden lang gekocht und dann das Fleisch in Tomatentunke (Nr. 438) noch ¾ Stunden in festgeschlossener Kasserolle gedünstet. Man richtet in derselben an.

E 58,0 F 20,5 K 6,5 C 475.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

112. Gebratenes Huhn (Poulet), fett.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Knochen vom ganzen mit Fett gebratenen Tier.

E 27,5 F 12,5 K 0,0 C 240.
(Ohne Brühe.)

113. Gebratenes Huhn (Poulet), mager.

Wie Nr. 113. E 30,0 F 4,5 K 0,0 C 180.
(Ohne Brühe.)

114. Huhn, paniert.

200 g Hühnerbrust werden leicht geklopft, in kochendes Wasser getaucht, abgetrocknet, dann in ¼ Ei und 20 g geriebenem Schweizerkäse paniert und in 25 g steigender Butter 8 Minuten gebraten.

E 36,0 F 29,0 K 0,5 C 430.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

Dazu Salate und Kompotte.

115. Hamburger Küken, gedämpft.

1 Küken (ca. 150 g) wird in 20 g Speckscheiben gehüllt und in 20 g steigender Butter mit Salz 20 Minuten schnell im Ofen gebraten. Der Brühe werden 25 g saurer Rahm zugesetzt. Nach einigen Minuten wird der Fond mit 20 g Fleischbrühe verkocht und zusammen mit dem Speck angerichtet.

E 26,0 F 37,0 K 1,0 C 455.

(Berechnet sind 120 g Fleisch.)

Dazu alle feinen Gemüse und Salate.

116. Hamburger Küken, gebacken.

(Backhähnel.)

Ein (150 g) Küken wird in zwei Hälften geteilt. Beide Teile werden 5 Minuten in kochendes Wasser getaucht, mit Salz eingerieben und mit 10 g Aleuronatmehl, ¼ verklopftem Ei und 20 g geriebenem Scheizerkäse paniert. Man bäckt das Küken in 20 g Butter und 20 g Schweinefett hellbraun.

E 38,0 F 33,5 K 1,0 C 580.

Dazu alle feinen Gemüse und Salate.

117. Taube, gefüllt.

Eine Taube (von 200—250 g Gewicht) wird mit 100 g gehacktem Kalbfleisch gefüllt, das mit einem Ei und Salz vermischt wurde. Die Öffnungen werden gut zugenäht und die Taube dann in 20 g brauner Butter, 20 g Speck, 20 g Fleischbrühe und Salz ½ Stunde gedünstet. Nach Zusatz von 30 g saurem Rahm wird nochmals ¼ Stunde weiter gedünstet und zuletzt der Bratenfond mit 5 g Aleuronatmehl gebunden.

E 64,0 F 44,5 K 1,5 C 725.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

Dazu alle feinen Gemüse und Salate.

118. Gebratene Taube.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Knochen vom ganzen mit Fett gebratenen Tier.

E 25,5 F 22,0 K 0,0 C 310.
(Ohne Brühe.)

119. Taube, gedünstet.

Eine bratfertige Taube (200—250 g) wird mit 20 g gebräunter Butter, 20 g Speck und Salz ½ Stunde gedünstet. Unter allmählichem Zusatz von 30 g Fleischbrühe und 30 g saurem Rahm läßt man noch ¼ Stunde weiter dünsten. Der Bratenfond wird mit 5 g Aleuronatmehl gebunden.

E 39,5 F 38,0 K 1,5 C 550.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

Dazu alle feinen Gemüse und Salate.

120. Gans, gedünstet.

200 g Gänsefleisch (Brust oder Schlegel) werden in 20 g Butter von beiden Seiten leicht angeröstet und dann in 20 g Fleischbrühe und Salz ¾ Stunden gedünstet. Die Brühe wird kurz vor dem Anrichten mit 5 g Aleuronatmehl gebunden.

E 27,0 F 81,5 K 0,5 C 890.

Dazu Sauerkraut, Rotkraut, Wirsing, Apfelmus, Pilztunke.

121. Ente, gedünstet.

180 g Entenfleisch (Brust oder Schlegel) werden von beiden Seiten in 25 g Butter leicht angeröstet, und dann in 30 g Fleischbrühe ½—¾ Stunden gedünstet. Die Brühe wird kurz vor dem Anrichten mit 5 g Aleuronatmehl gebunden.

E 31,0 F 24,0 K 0,5 C 385.

Dazu Sauerkraut, Wirsing, Weißkraut, Salate, Pilztunke.

122. Rebhuhn, gedünstet.

Ein Rebhuhn (250 g bratfertig) wird mit 30 g feinen Speckscheibchen in ein großes Weinblatt eingehüllt, mit Faden umwickelt und in 25 g Butter und 30 g saurem Rahm ½ Stunde im Ofen gebraten oder in der Nelsonkasserolle gedünstet.

E 47,0 F 50,0 K 1,0 C 695.

(Berechnet sind 175 g Fleisch.)
Dazu Rotkraut, Sauerkraut oder Salat; Preißelbeeren.

123. Rebhuhn mit Sauerkraut.

200 g Sauerkraut werden mit 20 g Schweinefett und 150 g Wasser ¼ Stunde lang gedünstet. Ein Rebhuhn (250 g bratfertig) wird mit 30 g feinen Speckscheiben und einem Weinblatt eingehüllt, mit Faden umwickelt und in 20 g Butter einige Minuten gebräunt und in dem Kraut ½—¾ Stunden gedämpft.

E 47,5 F 59,0 K 4,5 C 800.

(Berechnet sind 175 g Fleisch.)

124. Fasan, gedünstet.

200 g Fasanenfleisch (Brust oder Schlegel) werden in 30 g feine Speckscheiben gehüllt und mit Butterpapier umwickelt. So wird das Fleisch in 20 g gebräunter Butter mit Salz ¼ Stunde gedünstet, dann 30 g saurer Rahm dazu gegeben und nochmals ¼ Stunde gedünstet. Man richtet mit Speck und Bratenfond zusammen an.

E 40,5 F 45,5 K 1,0 C 625.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)
Dazu Salate und Kompotte.

125. Fasan mit Sauerkraut.

Eine Fasanenbrust (200 g) wird in 10 g Butter, 15 g Speck, 20 g Fleischbrühe und Salz 20 Minuten gedünstet, dann in Sauerkraut (Nr. 318) gesteckt und zusammen weich gedünstet.

E 40,5 F 49,5 K 4,5 C 675.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

126. Truthahn, paniert.

200 g Truthahnbrust werden leicht geklopft, in kochendes Wasser getaucht und dann in 10 g Aleuronatmehl, ¼ Ei und 20 g geriebenem Schweizerkäse paniert. Man brät 8 Minuten in 25 g steigender Butter.

E 51,0 F 39,5 K 1,5 C 570.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

127. Krammetsvögel, gebraten.

Zwei Krammetsvögel (Gewicht eines Vogels ca. 80 g) werden in 30 g steigender Butter mit Salz und gestoßenen Wacholderbeeren 20 Minuten scharf gebraten und sogleich mit allen Beigaben angerichtet.

E 26,0 F 26,5 K 0,0 C 375.

(Berechnet sind 120 g Fleisch.)

Dazu Rotkraut, Kartoffelbrei.

128. Schnepfe, gedünstet.

Eine Schnepfe (ca. 400 g) wird in 20 g Butter und 20 g Speck 3/4 Stunden langsam gedünstet. 1/4 Stunde vor dem Anrichten werden dem Bratenfond 30 g saurer Rahm und etwas gestoßene Wacholderbeeren zugesetzt.

E 47,0 F 42,5 K 1,0 C 625.

(Berechnet sind 200 g Fleisch.)

Dazu Spargel, Pilzgemüse, Salate.

Fische. (Die Fische sind alphabetisch geordnet.)

129. Aal, gekocht.

200 g Aal (Mittelstück) werden in leicht gesäuertem Salzwasser aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 18,0 F 38,0 K 0,0 C 440.

Dazu zerlassene Butter, grüner Salat, Gurkensalat.

130. Aal, gebacken.

180 g Aal werden am Rückgrat in zwei Hälften geteilt und in 10 g Aleuronatmehl mit 5 g Salz gewendet. Man bäckt die Hälften in 25 g Butter auf beiden Seiten goldgelb.

E 24,0 F 54,5 K 1,0 C 625.

Dazu grüner Salat und Mayonnaise.

131. Felchen, gekocht.

200 g Felchen (Mittelstück) werden geschuppt und in 1/2 Liter Salzwasser mit 15 g Essig schnell aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 19,0 F 2,0 K 0,0 C 110.

Dazu zerlassene Butter.

132. Gebratene Felchen (mit Butter gebraten).

1 Portion = 100 g gebratenes Fleisch ohne Gräten.

E 22,5 F 3,5 K 0,0 C 145.
(Ohne Brühe.)

133. Felchen, gebacken.

150 g Felchen werden geschuppt, mit Salz eingerieben und mit ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert. Man brät in 30 g steigender Butter recht gelb.

E 23,5 F 27,5 K 1,0 C 370.

Dazu Salat oder Sauerkraut

134. Forellen, gekocht.

150 g Forellen werden in leicht mit Essig gesäuertem Salzwasser aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 14,5 F 1,5 K 0,0 C 85.

Dazu zerlassene Butter.

135. Gekochter Hecht.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Gräten vom ganzen gekochten Fisch.

E 21,0 F 0,5 K 0,0 C 105.

Dazu zerlassene Butter.

136. Hecht, gekocht.

200 g Hecht mit Gräten (Mittelstück) werden in leicht mit Essig gesäuertem Salzwasser aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 19,0 F 0,5 K 0,0 C 95.

Dazu zerlassene Butter.

137. Hecht, gedünstet.

180 g Hecht werden sorgfältig von Haut und Gräten befreit und mit Salz eingerieben. Man dünstet den in Butterpapier eingewickelten Hecht mit 15 g Butter und Zitronensaft 10 Minuten in der Nelsonkasserolle. Die sich bildende Brühe wird mit einem Eigelb und 10 g süßem Rahm gebunden.

E 20,0 F 20,0 K 0,5 C 285.

138. Hecht, gebacken.

150 g entgräteter Hecht werden in Salz und 10 g Aleuronatmehl paniert und in 20 g Butter gelb gebraten.

E 34,5 F 17,0 K 1,0 C 330.

Dazu Majonnaise.

139. Hecht, gespickt (mit Rahm).

200 g enthäuteter und entgräteter Hecht werden mit 20 g feinen Speckstreifen durchzogen und mit Salz eingerieben. Man bestreut mit 20 g geriebenem Schweizerkäse und brät in 15 g steigender Butter 10 Minuten im Ofen. Zuletzt gibt man 30 g dicken sauren Rahm dazu.

E 42,5 F 25,0 K 1,0 C 450.

140. Heilbutt, gekocht.

150 g Heilbutt werden geschuppt und in leicht mit Essig gesäuertem Salzwasser aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 26,5 F 3,0 K 0,0 C 155.

Dazu zerlassene Butter.

141. Gekochter grüner Hering.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Gräten vom ganzen gekochten Fisch.

E 17,0 F 2,0 K 0,0 C 100.

Dazu zerlassene Butter.

142. Grüner Hering, gekocht.

100 g grüner Hering werden wie Forellen rund gedreht und in ½ Liter Salzwasser, 10 g Essig und 20 g Zwiebeln schnell aufgekocht. Man läßt 5 Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 8,0 F 3,5 K 0,0 C 75.

Dazu zerlassene Butter.

143. Grüner Hering, gebraten.

130 g geschuppter und ausgenommener Hering werden in Salz und 10 g Aleuronatmehl gewälzt und 10 Minuten in 20 g Butter recht braun gebraten.

E 18,0 F 21,0 K 1,0 C 280.

Dazu Sauerkraut oder grüner Salat.

144. Matjes-Hering mit frischer Butter.

100 g Matjeshering werden einige Stunden gewässert, entgrätet, abgezogen, auf Salatblättern angerichtet und 20 g frische Butter dazu gereicht.

E 12,5 F 26,5 K 1,0 C 310.

Dazu Gurkensalat I. (Nr. 391.)

145. Salzhering, mariniert.

100 g geputzter Salzhering werden einen Tag gewässert. Die Heringsmilch treibt man durch ein feines Sieb und verrührt sie mit 10 g Essig, 10 g Öl und 10 g geriebener Zwiebel. Diese Brühe wird über den Hering gegossen, der mit 20 g saurer Gurke garniert wird.

E 12,5 F 20,0 K 1,0 C 250.

146. Kabeljau, gekocht.

200 g geschuppter und entgräteter Kabljau werden in leicht gesäuertem Salzwasser aufgekocht. Man läßt einige Minuten ziehen und richtet trocken an.

E 31,0 F 0,5 K 0,0 C 155.

Dazu zerlassene Butter oder Kaperntunke.

147. Gebratener Kabeljau.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Gräten vom ganzen mit Butter gebratenem Fisch.

E 23,0 F 3,5 K 0,0 C 145.
(Ohne Brühe.)

Dazu Salate und Tomatentunke.

148. Kabeljau, gebacken.

150 g Kabeljau mit Gräten, aber ohne Flossen (Schwanzstück), werden gesalzen, in ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert und in 30 g Butter gebacken.

E 20,0 F 26,0 K 1,0 C 340.

Dazu Salat oder Tomatentunke.

149. Gekochter Karpfen.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Gräten vom ganzen gekochten Fisch.

E 17,0 F 1,0 K 0,0 C 85.

Dazu zerlassene Butter oder Meerrettich.

150. Karpfen, gekocht.

200 g Karpfen werden geschuppt und in leicht mit Essig gesäuertem Salzwasser aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 16,5 F 1,5 K 0,0 C 95.

Dazu zerlassene Butter oder Meerrettich.

151. Karpfen, gebacken.

150 g geschuppter und entgräteter Karpfen werden mit Salz eingerieben, dann in ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert und langsam in 25 g Butter gebraten.

E 37,0 F 24,5 K 1,0 C 405.

Dazu Remoulade.

152. Lachs, gekocht.

200 g Lachs läßt man in leicht gesäuertem Salzwasser einige Minuten kochen und richtet trocken an.

E 41,0 F 24,5 K 0,0 C 430.

Dazu zerlassene Butter.

153. Lachsschnitte, gedämpft.

Ein aus Haut und Gräten gelöstes Lachsmittelstück von 150 g Gewicht wird leicht mit Salz eingerieben und mit Zitronensaft

und 20 g heißer Butter unter Butterpapier oder in der festgeschlossenen Kasserolle 8 Minuten gedämpft. Das Fleisch wird trocken ausgehoben, die Brühe mit 10 g Aleuronatmehl, 1 Eigelb und 30 g Fleischbrühe gebunden und über dem Fisch angerichtet.

E 41,0 F 40,0 K 1,0 C 575.

154. Gebackener Merlan.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Gräten vom ganzen mit Butter gebackenen Fisch.

E 32,0 F 9,5 K 0,0 C 235.
(Ohne Brühe.)

Dazu Salate und Tomatentunke.

155. Merlan, gebacken.

200 g Merlan (Mittelstück) werden halbiert, gesalzen, in ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert und in 30 g Butter gebacken.

E 25,0 F 26,5 K 1,0 C 370.

Dazu Salat oder Tomatentunke.

156. Rotzunge, gekocht.

200 g Rotzunge mit Gräten werden enthäutet und in leicht mit Essig gesäuertem Salzwasser aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet trocken an.

E 14,0 F 0,5 K 0,0 C 75.

Dazu zerlassene Butter, Mousselintunke, Tomatentunke oder Bearner Tunke.

157. Rotzunge, gedämpft (oder Seezunge).

150 g Rotzunge ohne Haut und Gräten werden leicht mit Salz eingerieben und mit Zitronensaft und 20 g heißer Butter unter Butterpapier oder in der Nelsonkasserolle 8 Minuten gedämpft. Das Fleisch wird trocken ausgehoben, die Brühe mit 10 g Aleuronatmehl, einem Eigelb und 30 g Fleischbrühe gebunden und über dem Fisch angerichtet.

E 32,0 F 30,5 K 1,0 C 440.

158. Rotzunge, gebacken (oder Seezunge).

150 g Rotzunge (Mittelstück) werden in ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert und in 25 g steigender Butter gebacken.

E 20,0 F 22,0 K 1,0 C 305.

Dazu Tomatentunke, holländische Tunke, Remouladentunke oder grüner Salat.

159. Rotzunge, gerollt (oder Seezunge).

200 g Rotzungenfilet (ohne Haut und Gräten) werden gerollt, gesalzen und in 10 g Butter mit Zitronensaft und 50 g Mosel gedünstet. Man hebt trocken aus, bindet die Brühe mit 20 g Aleuronatmehl und einem Eigelb und richtet über der Roulade an.

E 47,5 F 14,0 K 1,5 C 365.

160. Gekochter Schellfisch.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Gräten vom ganzen gekochten Fisch.

E 22,0 F 0,5 K 0,0 C 110.

Dazu zerlassene Butter.

161. Schellfisch, gekocht.

200 g Schellfisch mit Gräten werden in Salzwasser mit 5 g Zwiebel abgekocht und trocken angerichtet.

E 18,0 F 0,0 K 0,0 C 90.

Dazu zerlassene Butter.

162. Schellfisch, gedämpft.

150 g Schellfisch ohne Gräten werden in 35 g gebräunten Speckwürfeln, 10 g Butter, 20 g geriebenem Schweizerkäse und Salz im Ofen einige Minuten gedämpft. Dem Bratenfond werden 20 g saurer Rahm zugesetzt; dann läßt man noch einige Minuten weiter dämpfen. Zuletzt wird die Tunke mit 10 g Aleuronatmehl gebunden und über dem Fisch angerichtet.

E 41,5 F 42,5 K 1,5 C 610.

163. Schellfisch, gebacken.

150 g Schellfischfleisch werden mit Salz eingerieben, darauf mit ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert und in 25 g steigender Butter gebraten.

E 34,0 F 22,0 K 1,0 C 375.

Dazu alle Salate und feine Gemüse.

164. Fischkotelette.

200 g Schellfisch ohne Haut und Gräten werden gesalzen, mit ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert und in 30 g Butter gebraten. Beim Anrichten wird Zitronensaft darüber geträufelt.

E 42,0 F 26,0 K 1,0 C 450.

Dazu Salate.

165. Gekochter Schlei.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Gräten vom ganzen gekochten Fisch.

E 17,5 F 0,5 K 0,0 C 85.

Dazu zerlassene Butter oder grüne Erbsen.

166. Schlei, gekocht.

150 g geputzter Schlei werden in leicht mit Essig gesäuertem Salzwasser gekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 9,5 F 0,0 K 0,0 C 50.

Dazu zerlassene Butter.

167. Schlei, gebacken.

150 g Schlei mit Gräten werden geschuppt, gesalzen, in ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert und in 25 g Butter gebacken.

E 19,0 F 22,0 K 1,0 C 300.

Dazu Salate.

168. Steinbutt, gekocht.

150 g Steinbutt werden in mit Essig gesäuertem Salzwasser rasch aufgekocht. Man läßt kurz nachziehen und richtet recht trocken an.

E 26,5 F 3,0 K 0,0 C 155.

Dazu zerlassene Butter.

169. Zander, gekocht.

200 g geschuppten Zander läßt man in leicht gesäuertem Salzwasser aufkochen und kurz nachziehen. Man richtet trocken an.

E 16,0 F 3,0 K 0,0 C 110.

Dazu zerlassene Butter oder Champignontunke.

170. Zander, gedämpft.

150 g Zander (geschuppt und entgrätet) werden leicht mit Salz eingerieben und in Zitronensaft und 20 g heißer Butter unter Butterpapier oder in der Nelsonkasserolle 8 Minuten gedämpft. Die Brühe wird mit 10 g Aleuronatmehl, 1 Eigelb und 30 g Fleischbrühe gebunden und über dem Fisch angerichtet.

E 32,5 F 26,0 K 1,0 C 400.

171. Gebratener Zander.

Eine Portion = 100 g Fleisch ohne Gräten vom ganzen mit Butter gebratenen Fisch.

E 21,5 F 3,5 K 0,0 C 140.
(Ohne Brühe.)

Dazu alle Salate oder feine Gemüse.

172. Zander, gebacken.

150 g Zander (geschuppt und entgrätet) werden gesalzen, in ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert und in 25 g Butter gebraten.

E 31,0 F 26,0 K 1,0 C 395.

Dazu alle Salate und feine Gemüse.

173. Zander mit Rahm gebraten.

200 g enthäuteter Zander werden mit 20 g feinen Speckstreifen durchzogen und mit Salz eingerieben. Man bestreut den Fisch mit 20 g geriebenem Schweizerkäse und brät ihn in 15 g steigender Butter 10 Minuten im Ofen. Zuletzt gibt man 30 g dicken sauren Rahm dazu.

E 24,5 F 41,0 K 1,0 C 510.

174. Krebse, gekocht.

Zwei Krebse (ca. 200 g) werden in starkem Salzwasser schnell aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet in heiß gedeckter Schüssel oder in heißer Serviette an.

E 15,0 F 0,5 K 0,0 C 75.

(Berechnet sind 100 g Fleisch.)

Dazu 20 g frische Butter, Mayonnaise oder Remoulade.

175. Hummer, gekocht.

Ein Hummer (ca. 350 g) wird in starkem Salzwasser schnell aufgekocht. Man läßt einige Minuten nachziehen und richtet in heißer Schüssel oder in heißer Serviette an.

E 27,5 F 3,5 K 0,0 C 85.

(Berechnet sind 200 g Fleisch.)

Dazu 20 g frische Butter, Mayonnaise oder Remoulade.

176. Austern.

6 Stück werden aufgebrochen, von den Bärten befreit, auf Eis gestellt und recht kalt aufgetragen. (1 Stück ca. 15 g ohne Schale.)

E 5,5 F 1,0 K 3,5 C 50.

177. Austern, gebacken.

50 g Austern ohne Bärte werden in ¼ Ei und 10 g Aleuronatmehl paniert, dann in 30 g steigender Butter schnell gebacken und mit Zitronensaft beträufelt.

E 12,0 F 26,5 K 2,5 C 315.

178. Austern mit Sauerkraut.

100 g Sauerkraut werden in 10 g Schweinefett und 100 g Wasser gedünstet, trocken angerichtet und mit gebackenen Austern (Nr. 177) belegt.

E 13,0 F 36,0 K 5,0 C 415.

III. Fleischgerichte.

Es findet sich hier eine Zusammenstellung verschiedener Gerichte, deren Hauptbestandteile Fleisch bzw. tierische Organe, wie Leber, Nieren usw. sind. Der Kohlehydratgehalt der Leber wurde zur Hälfte berechnet; genaue Analysen der zubereiteten Leber fehlen.

In den Vorschriften Nr. 193—199 ist der Nährwert durch Zugabe von Eiern erhöht, desgleichen in den Ragouts, Frikassees, Salmis und Fleischbreien. Daneben spielt außer Fett die Zugabe von Rahm und Aleuronatmehl eine Rolle.

Bei Wild, Huhn und Taube wurde der Kohlehydratgehalt, der in den Analysen des frischen Fleisches erwähnt wird, nicht mitberechnet, da in den Analysen des zubereiteten Fleisches nie ein Kohlehydratgehalt aufgeführt ist. Bei der leichten Veränderlichkeit und Löslichkeit des Glykogens erscheint es auch ziemlich wahrscheinlich, daß dasselbe bei der Zubereitung zerstört oder entfernt wird.

179. Gekochte Zunge (geräuchert).

Eine Portion = 100 g von der ganzen geräucherten und gesottenen Zunge.

E 25,5 F 14,5 K 0,0 C 245.

Dazu feine Gemüse, Pilze.

180. Gebratene Zunge.

Eine Portion = 100 g von der ganzen fertig gebratenen, frisch gesottenen Zunge.

E 28,5 F 16,0 K 0,0 C 280.

181. Kalbszunge, gebraten.

200 g Kalbszunge werden in schwachem Salzwasser weich gekocht, in Scheibchen geschnitten, in ½ Ei und 15 g Aleuronatmehl paniert und 4 Minuten in 25 g steigender Butter gebraten.

E 45,5 F 57,0 K 1,0 C 730.

Dazu feine Gemüse und Salate.

182. Ochsenleber, gebraten.

150 g Ochsenleber werden gehäutet, gebrüht, in 10 g Aleuronatmehl mit Salz gedreht und dann in 25 g Butter von beiden Seiten braun gebraten.

E 34,5 F 25,5 K 3,5 C 415.

(Es wurde nur die Hälfte des Kohlehydratgehalts der Leber berechnet.)

183. Kalbsleber, gebraten.

150 g Kalbsleber werden in Salz und 10 g Aleuronatmehl gedreht und in 25 g steigender Butter braun gebraten.

E 34,5 F 25,5 K 7,0 C 440.

184. Kalbsleber, gedämpft (mit Champignons).

150 g Kalbsleber werden in 2 Scheiben geschnitten, leicht gesalzen, in Butterpapier gehüllt und mit 20 g heißer Butter, 20 g Rotwein und 30 g Champignonsscheiben 5—8 Minuten lang gedünstet. Die sich bildende Tunke wird mit 10 g Aleuronatmehl gebunden und über der Leber (ohne Papier) angerichtet.

E 36,0 F 21,5 K 7,0 C 400.

185. Kalbsleber, gedämpft (ohne Champignons).

Wie voriges Rezept, aber ohne Champignons.

E 35,0 F 21,5 K 6,0 C 390.

186. Gänseleber, gedämpft.

150 g Gänseleber werden fein enthäutet und mit 5 g Salz eingerieben, dann mit 10 g Trüffelstreifchen gespickt, in Butterpapier eingehüllt und so in 20 g heißer Butter mit Zitronensaft und 30 g Rotwein 5—8 Minuten gedünstet. Die Leber wird ohne Papier mit der Tunke angerichtet.

E 28,0 F 21,5 K 5,5 C 355.

187. Gänseleber, gebraten.

150 g Gänseleber werden enthäutet, in 10 g Aleuronatmehl und Salz gedreht und in 25 g steigender Butter mit 10 g Zwiebelringen 8 Minuten gebraten.

E 34,5 F 25,5 K 7,0 C 440.

188. Kalbshirn, gebraten.

150 g Kalbshirn werden recht weiß abgekocht, gehäutet und in dicke Scheiben geschnitten. Diese werden in Salz und 10 g Aleuronatmehl gewälzt, dann in 25 g steigender Butter 8 Minuten gebraten und mit Zitronensaft beträufelt angerichtet.

E 21,0 F 21,5 K 1,0 C 410.

Dazu Salate.

189. Kalbsmilch, gebraten.

Wie Kalbshirn (Nr. 188).

E 49,0 F 21,0 K 1,0 C 435.

Dazu Salate.

190. Kalbsherzhaschee.

200 g Kalbsherz werden gut gewässert, in schwachem Salzwasser weichgekocht, trocken ausgehoben und durch die Hackmaschine getrieben. Der Brei wird mit 20 g Butter, 10 g Aleuronatmehl und Zitronensaft nebst etwas Salz nochmals aufgekocht.

E 39,0 F 35,0 K 1,0 C 520.

191. Kalbsnieren, gedünstet.

150 g Kalbsnieren werden in Scheiben geschnitten und diese mit Salz eingerieben. Man röstet sie in 15 g brauner Butter von beiden Seiten einige Minuten an, gibt 30 g Rotwein, Zitronensaft, 20 g Fleischbrühe und 30 g Champignons dazu, deckt fest zu und dämpft 20 Minuten. Die Brühe wird vor dem Aufgeben mit 20 g Aleuronatmehl gebunden.

E 42,0 F 18,5 K 3,5 C 390.

Ohne Champignons: E 41,0 F 18,5 K 2,5 C 380.

192. Lungenmus.

200 g Kalbslunge werden gewässert und gebrüht, dann in schwachem Salzwasser weichgekocht und durch die Hackmaschine getrieben. Der Brei wird mit 20 g Butter, 20 g Fleischbrühe,

10 g Aleuronatmehl, Zitronensaft und Salz nochmals aufgekocht und mit 5 g gehackter Petersilie verrührt.

E 35,0 F 21,0 K 1,0 C 370.

193. Deutsches Beefsteak von Rindfleisch.

120 g Rindfleisch ohne Sehnen werden fein geschabt und mit einem Ei, 10 g zerlassener Butter, 10 g Fleischbrühe und Salz recht glatt gerührt. Dann formt man ein rundes Beefsteak daraus und brät es in 15 g Butter nebst 10 g Zwiebelscheiben 3 Minuten auf jeder Seite.

E 30,5 F 29,0 K 1,5 C 415.

194. Deutsches Beefsteak von Kalbfleisch.

150 g Kalbfleisch werden durch die Hackmaschine getrieben und mit 20 g Fleischbrühe, einem Ei und etwas Salz vermengt. Aus dem Brei wird ein Beefsteak geformt und in 20 g Butter 8 Minuten lang gebraten.

E 35,0 F 23,0 K 0,5 C 380.

195. Deutsches Beefsteak von Rehfleisch.

120 g Rehfleisch ohne Sehnen werden recht fein gehackt und mit 10 g zerlassener Butter, 10 g Fleischbrühe, einem Ei und Salz recht glatt verrührt. Hieraus formt man ein rundes Beefsteak und brät es in 15 g Butter mit 10 g Zwiebeln 3 Minuten auf jeder Seite.

E 30,0 F 28,0 K 1,5 C 405.

Dazu feine Gemüse, Pilze oder Salat.

196. Deutsches Beefsteak von Hasenfleisch.

150 g Hasenfleisch (Vorderschlegel) ohne Knochen werden feingehackt, mit einem Ei, 20 g Fleischbrühe und Salz gut vermischt und zu runden Beefsteaks geformt. Diese werden mit 10 g Zwiebelringen belegt und in 25 g Butter 4—6 Minuten gebraten.

E 41,0 F 27,5 K 1,5 C 455.

Dazu Rotkraut, Sauerkraut, Spargelgemüse.

197. Königsberger Klops.

75 g Schweinefleisch und 75 g Kalbfleisch werden durch die Hackmaschine getrieben und gut mit einem Ei, Salz und 5 g Zwiebeln vermengt. Hieraus formt man 4 runde Klößchen, die man in einer Tunke aus 20 g Butter, 30 g Aleuronatmehl, 60 g Fleischbrühe und Zitronensaft langsam 20 Minuten kocht. Zuletzt bindet man die Tunke mit 20 g Rahm und einem Eigelb.

E 62,0 F 37,0 K 4,0 C 650.

½ Portion: E 31,5 F 18,5 K 2,0 C 325.

198. Hackbraten.

100 g Kalbfleisch und 100 g Schweinefleisch werden durch die Maschine getrieben, 20 g Fleischbrühe, ein Ei und wenig Salz gut darunter gerührt und ein längliches Brötchen daraus geformt, das man mit ½ Portion Rührei (Nr. $\frac{258}{2}$) in der Mitte füllt. Die Masse wird fest zusammen gedrückt und in 20 g Butter und 20 g Speck im Ofen 30 Minuten gebraten.

E 53,0 F 56,5 K 0,5 C 765.

Dazu Gemüse und Salate.

199. Hackbraten ohne Rührei.

Wie vorstehend unter Weglassen der halben Portion Rührei.

E 46,5 F 42,5 K 0,5 C 615.

200. Bratwurst.

50 g Kalbfleisch und 50 g Schweinefleisch werden fein gehackt und mit 60 g Fleischbrühe, Salz und Kümmel einige Minuten recht schnell gerührt. Man füllt die Masse in zwei kleine Därme (oder man formt wurstähnliche Stangen daraus) und brät sie in 10 g Butter 5 Minuten.

E 20,0 F 12,0 K 0,0 C 205.

201. Aufschnitt I.

2 Scheiben gekochten Schinken zu je 30 g. 2 Scheiben Zervelatwurst zu je 15 g.

E 21,5 F 18,0 K 0,0 C 270.

½ Portion: E 10,8 F 9,0 K 0,0 C 135.

202. Aufschnitt II.

1 Scheibe Roastbeef zu 40 g. 1 Scheibe gekochter Schinken zu 30 g. 2 Scheiben Zervelatwurst zu je 15 g.

E 24,5 F 19,0 K 0,0 C 290.

203. Aufschnitt III.

1 Scheibe Roastbeef zu 40 g. 2 Scheiben Zunge zu je 15 g. 2 Scheiben Mettwurst zu je 15 g.

E 23,5 F 19,0 K 0,0 C 285.

204. Aufschnitt IV.

1 Scheibe Kalbsbraten zu 60 g. 1 Scheibe gekochter Schinken zu 60 g. E 29,5 F 8,5 K 0,0 C 215.

205. Aufschnitt V.

1 Scheibe Kalbsbraten zu 30 g. 1 Scheibe gekochter Schinken zu 30 g. 2 Scheiben Mettwurst zu je 15 g.

E 20,5 F 16,0 K 0,0 C 245.

206. Aufschnitt VI.

2 Scheiben Kalbsbraten zu je 30 g. 2 Scheiben Lachsschinken zu je 15 g.

E 22,0 F 4,5 K 0,0 C 140.

½ Portion: E 11,0 F 2,5 K 0,0 C 70.

207. Aufschnitt VII.

1 Scheibe Lachsschinken zu 15 g. Gebratenes Hühnerfleisch 40 g. 2 Scheiben gekochte Zunge zu je 15 g.

E 23,0 F 6,5 K 0,0 C 165.

208. Aufschnitt VIII.

2 Scheiben geräucherter Lachs zu je 20 g. 2 Scheiben gekochter Schinken zu je 30 g.

E 24,0 F 9,5 K 0,0 C 200.

½ Portion: E 12,0 F 5,0 K 0,0 C 100.

209. Ochsenfleischragout.

120 g gekochtes Ochsenfleisch und 50 g saure Gurken werden in feine Streifchen geschnitten. Man gibt 20 g Aleuronatmehl in 20 g heiße Butter und kocht dies mit 50 g Fleischbrühe und 50 g Rotwein glatt. Man würzt die Tunke mit Salz und 5 g geriebener Zwiebel und erhitzt in ihr das Fleisch und die Gurke.

E 46,5 F 23,5 K 2,5 C 440.

210. Kalbfleischfrikassee.

Man kocht 10 g Sardellen, 10 g Zwiebel und etwas Gewürz in 100 g Fleischbrühe einige Minuten, gibt dies durch ein feines Sieb und kocht es mit 20 g Butter und 30 g Aleuronatmehl zu einer glatten Tunke, die man mit Zitronensaft würzt und mit einem Eigelb und 10 g süßem Rahm bindet. Diese Tunke wird über 100 g gekochter und in Scheibchen geschnittener Kalbsbrust angerichtet.

E 53,0 F 20,5 K 3,5 C 455.

Dazu Salate, Reis, Kartoffeln.

211. Kalbfleischragout.

200 g Kalbfleisch (in Würfel geschnitten) und 20 g Zwiebelscheiben (in 35 g Butter geröstet) werden in fest schließender Kasserolle mit Salz gedämpft. Dann gibt man 50 g sauren Rahm mit 10 g Aleuronatmehl verrührt dazu und läßt alles noch 20 Minuten weiterdämpfen.

E 48,5 F 41,0 K 4,0 C 630.
½ Portion: E 24,0 F 20,5 K 2,0 C 315.

Dazu Salate, Reis, Kartoffeln.

212. Kalbszungenragout.

100 g weichgekochte Kalbszunge werden in folgender Tunke 10 Minuten gedämpft. 25 g Aleuronatmehl werden in 30 g Butter geschwitzt, mit 125 g Bouillon aufgefüllt und 30 g Weißwein, Zitronensaft, 15 g konservierte Champignons, 10 g gehackte Sardellen und ein Eigelb dazu getan.

E 51,5 F 44,5 K 2,5 C 665.

213. Kalbskopfragout.

150 g Kalbskopf und 60 g Kalbszunge werden abgekocht, leicht gepreßt und in Streifen geschnitten. Diese dämpft man in einer braunen Tunke aus 20 g Butter, 10 g Zwiebel, 25 g Aleuronatmehl, 50 g Champignons, 50 g Rotwein, 60 g Fleischbrühe und Zitronensaft kurze Zeit.

E 51,0 F 27,5 K 5,0 C 520.

(Berechnet sind 100 g Kalbfleisch und 60 g Zunge.)

214. Kalbshirnfrikassee.

150 g enthäutetes und weiß abgekochtes Kalbshirn werden in dicke Scheiben geschnitten. Man dämpft diese einige Minuten in einer Tunke aus 20 g Butter, 20 g Aleuronatmehl, 60 g Fleischbrühe, 10 g gehackter Sardelle, Zitronensaft und 30 g blättrig geschnittenen Champignons (Konserve) und bindet zuletzt mit einem Eigelb und 20 g Rahm.

E 35,5 F 38,5 K 3,0 C 645.

215. Hammelragout mit Gurken.

200 g Hammelfleisch werden in 20 g Butter weich gedünstet, in feine Streifchen geschnitten, desgleichen 30 g saure Gurken. Weiterhin bereitet man aus 35 g zerlassenen Speckwürfeln, 25 g Aleuronatmehl und 10 g würflich geschnittener Zwiebel eine Mehlschwitze, kocht diese mit 80 g Fleischbrühe glatt, gibt 50 g Rotwein, etwas Essig, die Gurke und das Fleisch dazu und kocht alles noch einmal auf.

E 57,5 F 52,0 K 3,5 C 775.

½ Portion: E 29,0 F 26,0 K 2,0 C 390.

216. Suprême von Huhn.

½ bratfertiges Poulet (ca. 250 g) wird in 20 g Butter, 25 g Speck und Salz ½ Stunde gedünstet. Das Brustfleisch wird abgelöst. Das übrige Fleisch wird ebenfalls von den Knochen gelöst, durch die Fleischmaschine getrieben und mit 5 g Butter, 5 g Rahm, einem Eigelb, 20 g Fleischbrühe und Salz zu einem Brei gerührt. Beim Anrichten wird das Brustfleisch darüber gelegt. E 34,0 F 46,5 K 0,5 C 595.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

217. Hühnerfrikassee.

½ Poulet (200 g) wird in schwachem Salzwasser weichgekocht (½ Stunde). Ferner gibt man 30 g Aleuronatmehl in 20 g heiße Butter und verkocht dies mit 125 g Fleischbrühe recht glatt. Dann werden 20 g Champignons und Zitronensaft dazu gegeben, alles gut durchgekocht und zuletzt mit 20 g Rahm und einem Eigelb gebunden. Die Brühe wird über dem zerschnittenen Poulet angerichtet.

E 52,0 F 28,0 K 3,5 C 525.
(Berechnet sind 125 g Fleisch.)
½ Portion: E 26,0 F 14,0 K 2,0 C 265.

218. Taubenfrikassee.

Eine Taube (250 g) wird in schwachem Salzwasser mit 30 g Suppengrün weichgekocht. 30 g Aleuronatmehl werden in 20 g heiße Butter gegeben und mit 125 g Fleischbrühe recht glatt gekocht. Dann werden 20 g Champignons und Zitronensaft dazu gegeben, alles gut durchgekocht und zuletzt mit 20 g Rahm und einem Eigelb gebunden. Die Brühe wird über der in Viertel geschnittenen Taube angerichtet.

E 60,5 F 28,0 K 3,0 C 570.
(Berechnet sind 150 g Fleisch.)
½ Portion: E 30,5 F 14,0 K 1,5 C 285.

219. Entenragout.

180 g Entenfleisch (Brust oder Schlegel) werden mit 20 g Butter und Salz ½ Stunde gebraten. Man gibt 30 g Champignonsscheiben, 20 g Aleuronatmehl und 100 g Rotwein dazu und dünstet alles noch ¼ Stunde.

E 46,5 F 20,0 K 3,5 C 420.
(Berechnet sind 125 g Fleisch.)

220. Salmi von Krickente.

Eine bratfertige Krickente wird in 20 g Butter und 20 g Speck mit Salz ¾ Stunden gedünstet. Die Brust wird dann sorgfältig ausgelöst und beiseite gestellt. Die Knochen und das übrige Fleisch werden einigemal durch die Hackmaschine getrieben und

das so entstandene Püree mit dem Bratenfond, 100 g Rotwein, 20 g Fleischbrühe und Salz gemischt und durch ein Sieb gestrichen. Der Brei wird nochmals recht heiß gerührt und beim Anrichten das Brustfleisch oben auf gelegt.

E 38,0 F 34,5 K 0,5 C 505.

221. Salmi vom Rebhuhn.

Ein bratfertiges Rebhuhn wird in 20 g Butter, 20 g Speck und Salz gedünstet (jung ½ Stunde, alt bis 1½ Stunden) und dann wie bei Krammetsvögel-Salmi (Nr. 222) weiter verfahren.

E 47,5 F 32,5 K 0,5 C 530.

(Berechnet sind 175 g Fleisch.)

222. Salmi von Krammetsvögeln.

3 bratfertige Krammetsvögel (Gewicht je ca. 80 g) werden scharf in 25 g Butter und Salz gebraten. Die ganze Brust wird mit dem Brustbein abgelöst, der Rest samt Knochen durch die Hackmaschine getrieben und das Püree mit dem Bratenfond und 100 g Rotwein vermischt. Dann wird alles durch ein Sieb gestrichen, der knochenfreie Brei nochmals erhitzt und mit der Brust belegt.

E 42,0 F 23,5 K 1,0 C 420.

(Berechnet sind 180 g Fleisch.)

223. Fischfrikassee.

Man kocht 10 g Sardellen, 5 g Zwiebel und etwas Gewürz einige Minuten in 100 g Fleischbrühe, gibt alles durch ein feines Sieb und kocht es mit 30 g Butter und 20 g Aleuronatmehl glatt. Man würzt die Tunke mit Zitronensaft, bindet mit einem in wenig heißem Wasser verrührten Eigelb und gibt 30 g in Scheibchen geschnittene Champignons und 120 g aus den Gräten gelöstes gekochtes Fischfleisch dazu. Man richtet recht heiß an.

E 48,5 F 30,5 K 3,0 C 525.

(Berechnet ist gekochtes Schellfischfleisch.)

224. Austernragout.

Man macht aus 20 g Butter und 20 g Aleuronatmehl eine helle Einbrenne, die man mit 60 g Fleischbrühe recht glatt verkocht. Dazu gibt man Zitronensaft, 20 g in feine Würfel geschnittenes Kalbsbries, 20 g ebensolche Champignons, ein Eigelb und zuletzt 50 g Austern ohne Bärte. Die Austern dürfen nur heiß werden, aber nicht kochen. Das Ragout wird in eine Muschel getan und mit 10 g Kaviar verziert.

E 30,0 F 23,5 K 4,0 C 380.

225. Fleischbrei, roh (Beefsteak tartare).

125 g geschabtes Rindfleisch werden schnell mit einem Eigelb und Salz verrührt und angerichtet.

E 27,5 F 8,5 K 0,0 C 210.

226. Fleischbrei I.

150 g zartes Fleisch (Kalb, Geflügel oder Wild) werden in 15 g Butter und 20 g Fleischbrühe ½ Stunde lang gedünstet, durch die Hackmaschine getrieben und mit 20 g Butter, 2 Eiern und Salz nochmals heiß gerührt.

E 40,5 F 41,0 K 1,0 C 570.

(Berechnet sind 150 g Kalbfleisch.)

227. Fleischbrei II.

150 g Kalbsschnitzel werden ohne Zusatz in 10 g Butter leicht angebraten und durch die Fleischmaschine getrieben. Dann gibt man 2 ganze Eier, 10 g Aleuronatmehl, 25 g Rahm und Salz daran und rührt schnell auf der Pfanne wie Rührei zu einem flockigen Brei.

(Kann von allen zarten Fleischsorten bereitet werden.)

E 49,5 F 26,0 K 2,5 C 475.

228. Hühnerfleischbrei.

100 g Hühnerbrustfleisch werden durch die Hackmaschine getrieben, mit 30 g süßem Rahm, 1 Eigelb und Salz vermengt, und zu 30 g zerlassener Butter in eine Kasserolle gegeben, in der alles recht heiß gerührt wird. Der Brei muß sofort aufgetragen werden.

E 23,0 F 37,5 K 1,5 C 465.

229. Kalbsbriesbrei.

150 g Kalbbries werden recht weiß abgekocht, zu feinem Püree verrührt (am besten durch die kleine Passiermaschine gegeben), dann mit 2 Eigelb, 20 g Butter und 25 g Mosel heiß gerührt und sogleich aufgetragen.

E 47,0 F 26,5 K 0,0 C 475.

230. Kalbshirnbrei.

150 g Kalbshirn werden enthäutet und mit reichlich kaltem Wasser, Essig und etwas Salz auf der Seite des Herds weiß ziehen gelassen. Man spült in kaltem Wasser, streicht alles durch ein feines Sieb und dickt es mit 2 Eiern, 15 g Butter und Salz wie Rührei auf der Pfanne ein. Man richtet sogleich an.

E 25,5 F 35,5 K 0,5 C 440.

231. Fleischsalat.

100 g gekochtes, in feine Streifen geschnittenes Fleisch (Kalb) und 50 g ebenso geschnittene Salzgurken werden mit Mayonnaise (Nr. 425) gemischt.

E 31,5 F 29,0 K 1,5 C 410.

½ Portion: E 16,0 F 14,5 K 1,0 C 210.

232. Geflügelsalat.

100 g gebratenes Geflügelfleisch (ohne Haut und Sehnen) werden in feine Streifen geschnitten. Ebenso werden 50 g saure Gurken geschält und zerschnitten. Fleisch und Gurke werden mit Salattunke (Nr. 434) vermengt.

E 42,0 F 44,5 K 0,5 C 630.

(Berechnet sind 100 g mageres Hühnerfleisch.)

½ Portion: E 21,0 F 22,5 K 0,5 C 315.

233. Heringssalat.

100 g Hering werden gewässert, entgrätet und in kleine Würfel zerschnitten. Dazu gibt man 50 g Apfelschnitze, 20 g rote Rüben und 25 g saure Gurken, alles ebenfails in Würfel geschnitten. Man schwenkt die Zutaten in einer Portion Mayonnaise (Nr. 425) und richtet recht kalt an.

E 25,0 F 38,5 K 10,0 C 505.

½ Portion: E 12,5 F 19,5 K 5,0 C 255.

234. Italienischer Salat.

Die Zutaten: 50 g gebratenes Kalbfleisch,
30 g gekochter Schinken,
20 g entwässerte Sardellen,
30 g rote Rüben (abgekocht und gespült),
30 g Salzgurken

werden in feine Streifchen geschnitten und mit Mayonnaise (Nr. 425) vermengt. Man bereitet den Salat 2 Stunden vor dem Anrichten.

E 37,0 F 34,0 K 3,0 C 535.

235. Hummermayonnaise.

100 g Hummerfleisch (ev. Konserve) werden einige Minuten gewässert, dann mit Mayonnaise (Nr. 425) übergossen und angerichtet.

E 26,5 F 29,5 K 1,0 C 395.

236. Krabbensalat.

100 g Krabben (ev. Konserve) werden einige Minuten gewässert, dann mit Mayonnaise (Nr. 425) übergossen und angerichtet.

E 27,5 F 29,0 K 3,5 C 405.

Die Sulzen (Gelatinespeisen, Gelees, Aspiks) sind durch ihren Gehalt an Leimstoffen ausgezeichnet. Die weiße Gelatine („Hausenblase") ist reiner getrockneter Leimstoff. Eine 3—4 %ige Lösung zeigt erkaltet die gewünschte Gallertkonsistenz. Von einem erheblichen Nährwert, den viele Autoren den Sulzen als Eiweißsparmittel zuschreiben, kann also nicht gesprochen werden. Über die aus Kalbsfüßen usw. gewonnenen Sulzen fehlen genaue Analysen; indessen ist der Prozentgehalt an Leimstoffen, gleiche Gallertkonsistenz vorausgesetzt, wohl nicht höher.

Dagegen ermöglichen die Sulzen, die durch Einlagen von Fleisch und anderen Nahrungsmitteln nahrhaft gemacht werden können, eine angenehme Abwechslung in die Kost zu bringen.

237. Klare Sulz.

4 g in heißem Wasser gelöste Gelatine werden in 80 g Wasser gegeben und Zitronensaft, Salz und 5 g Maggi zugefügt.

E 4,5 F 0,0 K 0,0 C 20.

238. Kalbfleisch in Sulz.

150 g Kalbfleisch werden in 500 g Wasser, Essig, 15 g Suppenwurzel, 20 g Zwiebel und Salz ¾ Stunden lang gekocht, dann aus der Brühe gehoben, in Würfel geschnitten und in ein mit Öl ausgeriebenes Sturzförmchen geordnet. Man gießt dann die Sulz Nr. 237 darüber.

E 33,0 F 1,0 K 0,0 C 170.

239. Kalbskotelette in Sulz.

150 g Kalbskotelette (ohne Knochen) werden mit Salz eingerieben, in 10 g Butter 4 Minuten gebraten und nach dem Erkalten mit der Sulz Nr. 237 übergossen. Nach dem Erstarren serviere man gestürzt.

E 33,0 F 9,5 K 0,0 C 275.

Dazu Mayonnaise.

240. Kalbshirn in Sulz.

120 g recht weiß ausgezogenes Kalbshirn werden in 10 g Butter und Salz leicht gebraten, dann mit halb erstarrter Sulz Nr. 237 übergossen. Man stürzt nach dem völligen Erstarren.

E 15,0 F 18,0 K 0,0 C 240.

Dazu kalte Tunken oder Salat.

241. Huhn in Sulz.

200 g Hühnerfleisch werden in 400 g Salzwasser mit Suppenwurzel und Zwiebel 1 Stunde lang gekocht und trocken ausgehoben. Man bereitet eine Sulz aus 4 g Gelatine, 1 g Maggi und 80 g Kochbrühe, gibt 1 Löffel Essig dazu und übergießt damit das Fleisch.

E 33,5 F 2,0 0,0 C 180.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

242. Gans in Sulz.

200 g Gänsefleisch werden in 400 g Salzwasser mit 30 g Suppenwurzel und 10 g Zwiebeln 1½ Stunden lang gekocht, trocken ausgehoben und weiterhin wie bei Huhn in Sulz verfahren.

E 27,5 F 65,0 K 0,0 C 740.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

243. Ente in Sulz.

200 g Entenfleisch werden in 400 g Salzwasser mit Suppenwurzel und 10 g Zwiebeln 1½ Stunden lang gekocht und trocken ausgehoben. 180 g des Kochwassers werden recht klar durch eine Serviette geseiht, mit 5 g gelöster Gelatine, 15 g Essig und 5 g Maggiwürze vermischt und über das Fleisch gegossen.

E 37,5 F 4,5 K 0,0 C 235.

(Berechnet sind 150 g Fleisch.)

244. Aal in Sulz.

200 g Aalfleisch werden gekocht, in eine leicht mit Öl ausgeriebene Sturzform geordnet und mit Sulz (Nr. 237) übergossen. Nach dem Erstarren wird gestürzt angerichtet.

E 28,5 F 50,0 K 0,0 C 600.

Dazu Mayonnaise, kalte Tomatentunke oder grüner Salat.

245. Forelle in Sulz.

150 g Forellen werden gekocht, aus den Gräten gelöst, in ein leicht mit Öl ausgeriebenes Sturzförmchen eingeordnet und mit Sulz (Nr. 237) übergossen. Nach dem Erstarren wird gestürzt angerichtet.

E 27,0 F 2,5 K 0,0 C 150.

Dazu Mayonnaise, kalte Tomatentunke oder grüner Salat.

246. Sardinen in Sulz mit Kaviar.

40 g Ölsardinen werden mit den dünnen Scheiben eines hartgekochten Eis recht gefällig in ein mit Öl ausgeriebenes Sturzförmchen geordnet und mit Sulz (Nr. 237) übergossen. Nach dem Erstarren wird gestürzt und mit 20 g Kaviar garniert.

E 26,0 F 12,5 K 0,5 C 235.

IV. Eierspeisen und Aufläufe.

Die Eierspeisen spielen neben dem Fleisch die größte Rolle in der Diabetesküche. Das Ei ist fast kohlehydratfrei bei erheblichem Eiweiß- und Fettgehalt.

Das Eigelb unterscheidet sich durch seinen wesentlich größeren Fettreichtum von dem Eiweiß. Der Lezithingehalt des ersteren soll allerdings beim Zuckerkranken nachteilig sein, wenngleich diese mehr theoretische Annahme durch die Praxis meist unbestätigt bleibt. Das Eiereiweiß wird, besonders in rohem Zustand, besser als das Fleischeiweiß vertragen. Bei wechselnder Zubereitung können einem Zuckerkranken bequem 2—6 Eier täglich gereicht werden. Ein Übermaß bringt aber auch hier die Gefahren der Eiweißüberernährung mit sich.

247. Ei, gekocht.

Weich: 2—3 Minuten gekocht; wachsweich: 4 Minuten gekocht; hart: 7—10 Minuten gekocht.

1 Ei: E 6,1 F 5,6 K 0,3 C 75.
2 Eier: E 12,2 F 11,2 K 0,6 C 150.

Dazu Sardellentunke, Burgundertunke, Specktunke, Käsetunke, Tomatentunke, grüner Salat oder 10—20 g frische Butter.

248. Setzeier (Spiegeleier, Ochsenaugen).

Man läßt 25 g Butter in der Pfanne zergehen und schlägt 2 Eier darauf. Wenn das Weiße stockt, nimmt man die Pfanne vom Feuer.

E 12,5 F 31,5 K 1,0 C 340.
½ Portion: E 6,5 F 16,0 K 0,5 C 170.

249. Setzeier auf Speck.

40 g durchwachsener Speck werden in feine Scheiben geschnitten, auf der Pfanne leicht angebraten und zwei Eier darauf geschlagen. Man würzt mit etwas Salz und läßt das Weiße der Eier fest werden.

E 15,5 F 39,0 K 0,5 C 425.

250. Setzeier auf Speck mit Tomaten.

30 g feine Speckstreifen läßt man in einer Omelettenschüssel anrösten, gibt 30 g Tomatenscheiben dazu, wartet einige Minuten, schlägt dann 2 Eier darauf, würzt mit etwas Salz und trägt in der Pfanne auf.

E 15,0 F 32,0 K 1,5 C 360.

251. Setzeier mit Schinken.

50 g Schinkenscheibchen werden in 20 g Butter leicht gebraten, 2 Eier darauf geschlagen und wie Setzeier beendet.

E 23,0 F 31,5 K 0,5 C 395.

252. Setzeier mit Bratwurst.

½ Portion Bratwurst (siehe Nr. 200) wird in dicke Scheiben geschnitten. Diese werden in 25 g Butter leicht von einer Seite gebraten, dann schlägt man zwei Eier darauf, gibt 60 g Tomatenscheiben über das Ganze, läßt einige Minuten braten und trägt sogleich auf.

E 22,5 F 37,5 K 3,0 C 455.

253. Setzeier in Sulz.

Man bereitet eine Sulz nach Nr. 237, sowie zwei Setzeier (Nr. 248).

30 g konservierte Spargelstücken werden in ein tiefes Schüsselchen geordnet, dann die zwei Setzeier darauf gegeben und auf jedes Ei eine Trüffelscheibe zu 10 g gelegt. Zum Schluß wird die Fleischsulz darüber gegossen und recht kalt mit einer halben Portion Mayonnaise (Nr. 425) angerichtet.

E 24,5 F 45,5 K 3,0 C 530.

254. Eier mit Remouladentunke.

Zwei hart gekochte Eier werden geschält, halbiert, kreuzweise mit 20 g Sardellenfilet belegt und mit Remouladentunke (Nr. 433) angerichtet.

E 34,0 F 39,5 K 1,5 C 485.

255. Gefüllte Eier.

Zwei Eier werden 10 Minuten lang gekocht und in der Schale in je zwei Hälften geschnitten. Eigelb und Eiweiß werden recht fein gewiegt, dann gibt man 10 g sauren Rahm, 5 g Öl, 5 g Essig und Salz unter fleißigem Rühren daran, füllt die Masse in die leeren Schalen zurück und brät in 20 g Butter braun.

E 12,5 F 33,5 K 1,0 C 370.

256. Eiersalat.

Zwei harte Eier werden fein gewiegt, mit 10 g Öl, 10 g Essig, 15 g saurem Rahm, Salz und etwas Petersilie vermischt.

E 13,0 F 24,5 K 1,0 C 275.

257. Eiersalat mit Sardine.

Zwei hartgekochte Eier werden fein gehackt, mit 10 g Öl, 10 g Essig und Salz vermengt, angerichtet und mit 30 g Ölsardinen belegt.

E 20,5 F 23,0 K 0,5 C 300.

258. Rührei.

Zwei Eier werden in zwei Eßlöffel Salzwasser verklopft und dann in einer Pfanne, in der man 20 g Butter hat heiß werden lassen, bis zum Festwerden verrührt.

E 12,5 F 27,5 K 0,5 C 300.

259. Rührei mit Speck.

40 g durchwachsener Speck werden in kleine Würfel geschnitten und auf der Pfanne leicht angebraten. Zwei Eier, welche mit zwei Eßlöffeln Salzwasser geschlagen wurden, werden darüber gegeben und schnell zu leichtem Rührei verarbeitet.

E 15,5 F 39,0 K 0,5 C 425.

260. Rührei mit Schinken.

Man brät 60 g in Würfel geschnittenen Lachsschinken einige Minuten in 20 g Butter, gibt schnell drei ganze Eier, Salz und zwei Eßlöffel Wasser dazu und rührt alles zu einem weichen Rührei.

E 32,5 F 49,0 K 1,0 C 590.

261. Rührei mit Schinken und Spargel.

Zu dem Rührei mit Schinken (Nr. 260) gibt man zuletzt weichgekochte Spargelstücke (roh 80 g) dazu.

E 33,5 F 49,0 K 2,5 C 595.

262. Rührei mit Bückling.

30 g Bückling (ohne Haut und Gräten) werden in 20 g Butter leicht angebraten, zwei Eier darüber geschlagen und schnell zu Rührei verarbeitet.

E 16,5 F 29,0 K 0,5 C 335.

263. Rührei mit Schweizerkäse.

Man bereitet aus zwei Eiern, 15 g Butter und zwei Löffeln Salzwasser ein Rührei und vermischt es recht heiß mit 20 g feinwürflig geschnittenem Schweizerkäse.

E 18,0 F 29,0 K 1,0 C 350.

264. Rührei mit Spargel.

Ein Rührei (Nr. 258) wird kurz vor dem Festwerden mit gekochten Spargelstückchen (50 g roh) vermischt und heiß serviert.

E 13,0 F 27,5 K 1,5 C 310.

265. Rührei mit Spinat und Käse.

Man bereitet aus 200 g Spinat ein feines Püree, dünstet es einige Minuten in 10 g Butter, 10 g süßem Rahm und Salz. Außerdem kocht man ein weiches Rührei aus zwei Eiern und 20 g Butter. Der Spinat wird auf feuerfester Platte angerichtet, in die Mitte kommt das Rührei. Man bestreut dies mit 20 g geriebenem Schweizerkäse, legt 5 g Butter darauf und läßt es im Ofen leicht Farbe annehmen.

E 24,0 F 48,0 K 7,5 C 580.

266. Rührei mit Morcheln.

Man bereitet aus zwei Eiern, 20 g Butter und zwei Eßlöffeln Salzwasser ein weiches Rührei und gibt kurz vor dem Steifwerden 50 g gehackte und in 10 g Butter leicht gedünstete Morcheln (frisch oder konserviert) dazu.

E 14,0 F 36,0 K 2,5 C 390.

267. Omelette.

Zwei Eigelb werden mit Salz recht glatt gerührt; dann gibt man 5 g Aleuronatmehl und den Eierschnee daran und bäckt in 15 g steigender Butter im Bratofen bei mäßiger Hitze nur auf

einer Seite. Man serviert die Omelette zum Halbmond zusammengeschlagen.

E 16,0 F 23,5 K 1,0 C 285.

268. Omelette mit Speck.

Drei Eigelb werden mit 5 g Aleuronatmehl, 15 g saurem Rahm und Salz einige Minuten gerührt, dann gibt man den Eierschnee daran und bäckt in 50 g zerlassenen Speckwürfeln die Omelette von beiden Seiten.

E 27,0 F 54,5 K 1,5 C 620.

269. Omelette mit geräuchertem Lachs.

Eine Omelette (Nr. 267) wird fertig gebacken und vor dem Aufgeben mit 30 g feingewiegtem, geräuchertem Lachs bestreut.

E 23,0 F 26,5 K 1,0 C 350.

270. Omelette mit Kalbsniere.

Man schneidet 100 g Kalbsniere in Scheiben, dünstet sie in 15 g Butter, 20 g Rotwein und Salz einige Minuten, treibt dann alles durch die Hackmaschine und füllt es recht heiß in eine fertig gebackene Omelette (Nr. 267).

E 33,0 F 40,0 K 1,5 C 520.

271. Omelette mit Spinat.

Man bäckt eine Omelette (Nr. 267) und belegt die eine Hälfte mit 50 g Spinat, den man in 15 g Butter und Salz gedünstet hatte. Die andere Hälfte wird darüber geklappt und die Omelette sofort aufgetragen.

E 18,0 F 36,0 K 2,5 C 415.

Dazu Schinken oder Geflügel.

272. Omelette mit Champignons.

Man bäckt eine Omelette nach Nr. 267. Zuvor hat man 100 g Champignons (Konserve) in dicke Scheiben geschnitten, mit Zitronensaft, 10 g Butter und Salz 10 Minuten lang gedünstet. Diese Pilze legt man auf die eine Hälfte der Omelette, schlägt die andere darüber und serviert recht heiß.

E 19,5 F 31,5 K 4,0 C 390.

273. Omelette mit Morcheln.

Man bäckt eine Omelette (Nr. 267). Ferner dünstet man 80 g zerhackte Morcheln in 15 g Butter und Salz 20 Minuten und füllt die etwas zerhackten Morcheln in die fertige Omelette. Man richtet recht heiß an.

E 18,0 F 36,0 K 4,0 C 420.

274. Omelette mit Apfelmus.

Man bäckt eine Omelette nach Nr. 267, gibt auf die eine Hälfte Apfelmus von 40 g Apfelschnitzen (½ Portion Nr. 469), und schlägt die andere Hälfte darüber.

E 16,0 F 23,5 K 5,0 C 300.

275. Omelette mit Preißelbeeren.

Man bäckt eine Omelette nach Nr. 267, gibt auf die eine Hälfte Kompott von 50 g Preißelbeeren (½ Portion Nr. 475) und schlägt die andere Hälfte darüber.

E 16,0 F 23,5 K 4,0 C 295.

276. Omelette mit Johannisbeeren.

Man bäckt eine Omelette nach Nr. 267, gibt auf die eine Hälfte Kompott von 40 g Johannisbeeren (½ Portion Nr. 477) und schlägt die andere Hälfte darüber.

E 16,0 F 23,5 K 4,0 C 295.

277. Omelette mit Kirschen.

Man bäckt eine Omelette nach Nr. 267, gibt auf die eine Hälfte Kompott von 40 g Kirschen (½ Portion nach Nr. 487) und schlägt die andere Hälfte darüber.

E 16,0 F 23,5 K 4,5 C 300.

278. Eierkuchen.

Zwei Eigelb werden mit 25 g Aleuronatmehl und Salz 5 Minuten lang gerührt, dann gibt man 20 g Diabetikermilch, in der eine Tablette Saccharin aufgelöst war, und den Schnee der Eier dazu und bäckt den Eierkuchen in 20 g Butter von beiden Seiten recht langsam hellbraun.

E 31,5 F 28,5 K 2,5 C 410.

279. Eierkuchen mit Fleisch.

Man treibt 100 g Kalbsbraten und 10 g Sardelle ohne Gräten durch die Hackmaschine und dünstet dieses Püree leicht in 10 g Butter. Ferner bäckt man einen Eierkuchen (Nr. 278) ohne Saccharin, gibt das Püree gleichmäßig darauf, rollt den Eierkuchen fest zusammen und richtet recht heiß an.

E 43,5 F 38,0 K 1,0 C 600.

280. Eierkuchen mit Speck.

Man gibt den Eierkuchenteig (Nr. 278) auf 30 g in einer Pfanne leicht angeröstete Speckwürfel und bäckt ihn vorsichtig (nie auf offenem Feuer!) von beiden Seiten hellbraun.

E 34,0 F 49,0 K 2,5 C 605.

281. Eierkuchen mit Äpfeln.

Man bäckt einen Eierkuchen nach Nr. 278, aber zunächst nur auf einer Seite. Hierzu gibt man ½ Portion Kompott von Äpfelschnitten (Nr. 469), wendet vorsichtig, bäckt auch auf der anderen Seite hellbraun und trägt sofort auf.

E 31,5 F 28,5 K 6,5 C 435.

282. Eierkuchen mit Zwetschgen.

Man bäckt einen Eierkuchen von 25 g Aleuronatmehl, zwei Eiern und 20 g Diabetikermilch in 20 g Butter zunächst von einer Seite, gibt hierzu ½ Portion Zwetschgenkompott (Nr. 483), wendet vorsichtig, bäckt auf der anderen Seite hellbraun und richtet sofort an.

E 32,0 F 28,5 K 8,5 C 435.

283. Eierkuchen mit Preißelbeeren.

Man bäckt einen Eierkuchen (Nr. 278) und füllt ihn mit ½ Portion Preißelbeerkompott (Nr. 475) wie vorstehend.

E 31,5 F 28,5 K 5,5 C 425.

284. Eierkuchen mit Johannisbeeren.

Man bäckt einen Eierkuchen und füllt ihn mit ½ Portion Johannisbeerkompott (Nr. 477) wie vorstehend.

E 31,5 F 28,5 K 5,5 C 425.

285. Auflauf von Kalbshirn.

Ein weiß abgekochtes und enthäutetes Kalbshirn (frisch 150 g) wird in 10 g Butter leicht gedünstet, durch ein feines Sieb getrieben, mit 2 Eigelb, 10 g zerlassener Butter und Salz gut verrührt und darauf mit dem Schnee der Eier vermengt. Man bäckt in gut gebuttertem Auflaufförmchen 10 Minuten.

E 25,5 F 39,5 K 0,5 C 445.

286. Fleischauflauf.

150 g Kalbsbraten werden zu ganz feinem Püree verarbeitet, 30 g Butter, 15 g Aleuronatmehl, 3 Eigelb, etwas Salz und zuletzt der Eierschnee daran gegeben und die ganze Masse 10 Minuten lang recht gleichmäßig verrührt. Man bäckt 20 Minuten in gut gebutterter Auflaufform.

E 67,5 F 50,5 K 2,5 C 770.

Dazu grüner Salat.

287. Käseauflauf.

50 g kalte Diabetikermilch rührt man auf dem Feuer mit 10 g Aleuronatmehl dicklich, gibt 20 g geriebenen Schweizerkäse dazu, rührt noch 1 Minute und fügt dann 10 g Butter, zwei Eier, den festen Schnee von einem Eiweiß und etwas Salz dazu. Die feuerfeste Form buttert man gut und bäckt den Auflauf darin 20 Minuten.

E 29,5 F 27,0 K 2,0 C 390.

288. Käseauflauf in der Muschel.

Man füllt ½ Portion Käseauflauf (Nr. 287) in eine gut gebutterte Muschelform und läßt 15 Minuten backen.

E 15,0 F 13,5 K 1,0 C 195.

289. Auflauf von Fleisch mit Käse.

150 g weißes Fleisch werden in Würfel geschnitten und diese in eine feuerfeste Porzellanform getan. 25 g Butter werden glatt gerührt, 15 g Aleuronatmehl, 30 g geriebener Schweizerkäse, 50 g saurer Rahm, Salz, zwei Eigelb und zuletzt der Schnee

der Eier dazu gegeben, dies über das Fleisch getan und das ganze 20 Minuten lang gebacken.

E 62,5 F 51,5 K 4,0 C 790.

290. Sauerkrautauflauf.

½ Portion Sauerkraut (Nr. 318) wird lagenweise mit 50 g gewiegtem gekochtem Schinken in eine Auflaufform geordnet und mit zwei ganzen, in 80 g Fleischbrühe verklopften Eiern übergossen. Man läßt 20 Minuten lang im Ofen backen.

E 25,5 F 38,5 K 3,0 C 475.

291. Spargelauflauf.

50 g Spargelstücke (am besten Konserve) werden in eine Auflaufform geordnet. Eine Einbrenne aus 100 g Wasser, 30 g Aleuronatmehl, 20 g Butter und Salz wird nach dem Erkalten mit zwei Eiern verrührt und über die Spargelstücke gegossen. Man bäckt 20 Minuten lang im Ofen.

E 35,5 F 27,5 K 4,0 C 430.

Dazu Gemüsetunke.

292. Spinatauflauf.

200 g Spinat werden abgekocht und feingehackt, mit zwei Eigelb, 20 g Butter und Salz einige Minuten gerührt, zuletzt mit dem Schnee der Eier. Die Masse wird in ein Auflaufförmchen gefüllt und 15 Minuten lang in heißem Backrohr aufgezogen.

E 16,5 F 28,0 K 5,5 C 350.

Dazu zerlassene Butter.

293. Blumenkohlauflauf.

200 g Blumenkohlröschen werden in schwachem Salzwasser recht weich gekocht, dann läßt man sie abtropfen und ordnet sie in ein gut gebuttertes Auflaufförmchen. 100 g Wasser werden mit 30 g Aleuronatmehl und 30 g Butter glatt gekocht, dann Salz und zwei ganze Eier darunter gegeben und dies über den Blumenkohl gegossen. Man bäckt den Auflauf 20 Minuten lang im Ofen.

E 38,5 F 36,0 K 9,0 C 540.

Dazu Salate oder Tomatentunke.

294. Gemüseauflauf.

30 g Spargel, 50 g grüne Schnittbohnen (20 g gelbe Rüben) und 50 g Blumenkohl (frisch oder konserviert) werden einzeln in schwachem Salzwasser weichgekocht, trocken ausgehoben und in ein Auflaufförmchen geordnet. Eine Schwitze aus 40 g Aleuronatmehl und 20 g heißer Butter wird mit 100 g Wasser abgelöscht, etwas verkühlt, mit zwei Eiern und Salz vermengt, über das Gemüse gegeben und im Ofen 20 Minuten gebacken.

E 44,5 F 28,0 K 9,5 C 395.

Ohne Gelbrüben: E 44,5 F 28,0 K 8,5 C 390.

Dazu Tomatentunke oder Salat.

295. Auflauf von Hering und Kartoffeln.

100 g Kartoffeln werden in der Schale gekocht, dann geschält und in feine Scheibchen geschnitten. Diese werden mit 60 g entwässertem, feingewiegtem Salzhering lagenweise in ein Auflaufförmchen geordnet, mit 30 g saurem Rahm, in denen zwei Eier verklopft wurden, übergossen und 20 Minuten im Ofen gebacken. E 25,5 F 27,0 K 17,5 C 430.

296. Auflauf von Kartoffeln mit Schinken.

Man kocht 100 g Kartoffeln in der Schale, schält sie dann und schneidet sie in feine Scheiben. Diese werden abwechselnd lagenweise mit 80 g gewiegtem Schinken in ein Auflaufförmchen geordnet und 30 g saurer Rahm, mit zwei Eiern verklopft, darüber gegossen. Man bäckt 20 Minuten im Ofen.

E 32,0 F 24,5 K 17,5 C 440.

(Berechnet sind 80 g Kartoffeln.)

Dazu grüner Salat.

297. Auflauf von Hafermehl mit Spargeln.

30 g Spargelstücke werden in schwachem Salzwasser 20 Min. lang gekocht und dann trocken ausgehoben. Zu 15 g schaumig gerührter Butter gibt man 20 g Hafermehl, zwei Eigelb, Salz und zuletzt den Schnee der Eier mit den Spargelstücken und bäckt im Auflaufförmchen 20 Minuten.

E 15,0 F 24,0 K 14,0 C 335.

Dazu grüner Salat.

298. Wirsingauflauf.

250 g Wirsingblätter werden feinstreifig geschnitten, abgekocht und trocken ausgehoben. 50 g Kalbfleisch und 50 g Schweinefleisch werden durch die Hackmaschine getrieben und mit einem Ei, 20 g Fleischbrühe und Salz tüchtig verrührt. Man bringt abwechselnd eine Lage Kraut und eine Lage Fleisch in ein Aufflaufförmchen, so daß die oberste Lage durch Kraut gebildet wird. Der Auflauf wird 40 Minuten im Ofen gebacken.

E 30,0 F 10,0 K 10,0 C 270.

V. Gemüse, Pilze und Mehlspeisen.

Die frischen Gemüse enthalten geringe Eiweiß-, sehr geringe Fett- und mäßige Kohlehydratmengen. Die letzteren sind bei den Blattgemüsen am niedrigsten, bei den Wurzelgemüsen am höchsten. Durch Abkochen und Spülen läßt sich etwa der vierte Teil der Kohlehydrate entfernen.

Wichtig sind die Gemüse durch ihren Gehalt an den für das Leben so wichtigen Nährsalzen. Der Nährwert erfährt bei der Zubereitung durch Beigabe von Fett eine ganz erhebliche Erhöhung. Die Gemüse dienen daher in der Diabetesküche als Fettträger. Um ein gutes Verschmelzen des Fettes mit den Gemüsen zu ermöglichen, müssen die letzteren zuvor zwischen Tüchern oder durch Auspressen möglichst vom Kochwasser befreit, d. h. getrocknet werden.

Für den Diabetiker sind reichliche Gemüseportionen als Ausgleich für die schwer verdauliche Fleischdiät sehr notwendig.

Endivien, Artischocken, Schwarzwurzeln, Stachys, Topinambur und Pilze enthalten einen Teil ihrer Kohlehydrate in einer Form (als Mannit, Inulin usw.), die oft besonders leicht vertragen wird. Die grünen Bohnen enthalten Inosit d. i. einen energieliefernden, nicht zuckerbildenden Körper.

Die Kartoffeln und Kartoffelgerichte zeigen zwar einen höheren Kohlehydratgehalt als die anderen Gemüse, immerhin können sie in kleineren Portionen auch bei mittelschweren Erkrankungsfällen gereicht werden, besonders wenn durch Zerreiben

und Auswaschen der stärkemehlreiche Teil entfernt wird. Die Kartoffelgerichte bilden den Übergang zu den Mehlspeisen, die zum Schluß dieses Abschnitts durch einige besonders wichtige Gerichte vertreten sind.

Sie dienen, ebenso wie die Kartoffeln, besonders als Zulage bei besserer Toleranz.

Der Haferbrei findet an Hafertagen nach v. Noordens Vorschrift Verwendung (mit Hafersuppe und Eiern zusammen).

299. Stangenspargel, frisch.

200 g frische, geputzte Spargeln werden abgekocht, gespült und in 200 g Wasser mit Salz 20 Minuten gekocht. Man läßt noch einige Minuten nachziehen und richtet recht trocken an.

E 2,5 F 0,0 K 3,0 C 25.

Dazu Butter, Gemüsetunke usw.

300. Stangenspargel (Konserve).

125 g Spargel werden in schwachem Salzwasser schnell erhitzt, ohne daß man kochen läßt. Man richtet recht trocken an.

E 1,5 F 0,0 K 2,0 C 15.

Dazu zerlassene Butter, Gemüsetunke usw.

301. Spinat.

200 g Spinat werden abgekocht, gespült und einige Male durch die Fleischhackmaschine getrieben. Der Brei wird in 20 g Butter und Salz 10 Minuten gedünstet und zuletzt noch 20 g süßer Rahm hinzugefügt.

E 5,0 F 21,5 K 5,5 C 240.

302. Spinat mit Speck.

200 g Spinat werden abgekocht, gespült und einige Male durch die Hackmaschine getrieben. Der Brei wird in 35 g zerlassenem Speck mit Salz und 30 g Fleischbrühe 10 Minuten gedünstet. Über den angerichteten Spinat gibt man noch 15 g geröstete Speckwürfel.

E 8,5 F 35,5 K 4,5 C 385.

½ Portion: E 4,5 F 18,0 K 2,5 C 195.

303. Kopfsalat, gedämpft.

200 g Kopfsalat werden gewaschen, abgekocht, gespült und einige Male durch die Fleischhackmaschine getrieben. Der Brei wird in 20 g Butter und etwas Salz 10 Minuten gedünstet. Zuletzt werden noch 20 g süßer Rahm hinzugefügt.

E 2,5 F 21,0 K 3,5 C 225.

304. Kopfsalat, gedämpft (mit Tomatentunke).

100 g Kopfsalat werden unzerteilt gewaschen, abgekocht, gespült und in 30 g Fleischbrühe 20 Minuten lang gedünstet, dann ausgehoben und mit Tomatentunke (Nr. 439) angerichtet.

E 30,0 F 18,5 K 6,5 C 340.

305. Endivienpüree I.

300 g Endivienblätter werden in schwachem Salzwasser, dem etwas Zitronensaft zugesetzt war, abgekocht und sehr gut abgespült. Das Gemüse wird fein gehackt und in 35 g zerlassenem Speck, 15 g Knochenmark, Zitronensaft und 40 g Fleischbrühe ½ Stunde gedünstet.

E 6,5 F 37,0 K 5,0 C 395.

306. Endivienpüree II.

200 g Endivienblätter werden in schwachem Salzwasser abgekocht, gespült und durch die Hackmaschine getrieben. Das Püree wird mit 20 g Butter, 30 g Fleischbrühe und etwas Zitronensaft ½ Stunde gedünstet und zuletzt 20 g süßer Rahm zugegeben.

E 3,0 F 21,0 K 4,0 C 225.

307. Sauerampfer.

200 g Sauerampfer werden abgekocht, gespült und fein gehackt. Der Brei wird mit 20 g Butter und 10 g süßem Rahm einige Minuten gedünstet.

E 3,5 F 19,0 K 5,5 C 210.

308. Sauerampfer mit Speck.

200 g Sauerampfer werden abgekocht, gespült und fein gehackt, mit 30 g zerlassenen Speckwürfeln, 20 g Fleischbrühe und Salz einige Minuten gedünstet und der Sauerampfer noch extra mit 20 g gerösteten Speckwürfeln angerichtet.

E 7,0 F 35,0 K 5,0 C 380.

309. Rhabarbergemüse.

150 g geschälter Rhabarber werden abgekocht und dann einige Minuten in holländischer Tunke (Nr. 422) ohne Ei gedünstet.

E 24,5 F 21,5 K 7,0 C 345.

310. Artischocken, frisch.

Eine Artischocke mit Blättern wird nach Entfernung der Spitzen der Blätter 1 Stunde in Salzwasser gekocht und recht trocken angerichtet.

E 1,0 F 0,0 K 7,5 C 25.

(Berechnet sind 100 g abgekochte Blätter.)

Dazu Gemüsetunke.

311. Blumenkohl.

200 g Blumenkohl werden in schwachem Salzwasser 25 Min. lang gekocht und trocken ausgehoben.

E 4,5 F 0,5 K 5,5 C 40.

Dazu zerlassene Butter, Gemüsetunke (Nr. 420), Buttermehltunke (Nr. 417) oder Holländische Tunke (Nr. 422).

½ Portion: E 2,5 F 0,0 K 3,0 C 20.

312. Grünkohl.

200 g Grünkohl werden abgekocht und gespült, durch die Hackmaschine getrieben und mit 20 g Schweinefett, 10 g Zwiebel, 40 g Fleischbrühe und etwas Salz 1 Stunde lang gedünstet. Man übergießt vor dem Auftragen mit 15 g gerösteten Speckwürfeln.

E 6,0 F 30,0 K 16,0 C 380.

313. Rotkraut.

200 g feingeschnittenes Rotkraut werden schnell recht kochend gebrüht. Man läßt das Wasser gut ablaufen und dämpft das Kraut in der Nelsonkasserolle mit 40 g Weinessig (kochend darangegossen), 40 g Schweinefett, Salz, 1 Tablette Saccharin und 100 g Wasser, welches aber während der Kochzeit, die 2¼ Stunden beträgt, vollkommen verdampfen muß.

E 2,0 F 38,5 K 7,5 C 375.

314. Rosenkohl.

125 g geputzter Rosenkohl werden abgekocht, gespült, 20 Min. in schwachem Salzwasser gekocht und trocken angerichtet.

E 3,5 F 0,5 K 5,0 C 40.

Dazu frische Butter, Buttermehltunke (Nr. 417) oder Gemüsetunke (Nr. 420).

315. Weißkraut.

200 g Weißkraut werden abgekocht, gespült, durch die Hackmaschine getrieben und der Brei in 20 g Butter, 20 g Schweinefett, 60 g Fleischbrühe, Salz und Kümmel $1\frac{1}{4}$ Stunden gedünstet.

E 2,5 F 36,0 K 6,5 C 370.

316. Weißkraut mit Speck.

200 g Weißkraut werden abgekocht und gespült, durch die Hackmaschine getrieben, dann mit 50 g Speck und 60 g Wasser $1\frac{1}{4}$ Stunden gedünstet und zuletzt etwas Kümmel und Salz daran gegeben.

E 6,5 F 35,0 K 6,5 C 380.

317. Weißkraut mit Buttermehltunke.

200 g Weißkraut werden in feine Streifen geschnitten und in schwachem Salzwasser 35 Minuten lang gekocht. Man läßt es trocken ablaufen und richtet mit Buttermehltunke (Nr. 417) an.

E 20,0 F 21,0 K 9,0 C 330.

318. Sauerkraut.

200 g Sauerkraut werden in 30 g heißem Schweinefett und 150 g Wasser 1 Stunde langsam gedünstet.

E 1,0 F 29,0 K 4,5 C 295.

319. Bayrischkraut.

200 g Weißkraut werden feingeschnitten, abgekocht und gespült und in 20 g heißem Schweinefett mit 15 g Essig, 50 g Mosel, 100 g Wasser und etwas Salz $1\frac{1}{4}$ Stunden fest zugedeckt gedünstet.

E 3,0 F 19,0 K 6,5 C 215.

320. Wirsing.

200 g Wirsing werden abgekocht, gespült, durch die Hackmaschine getrieben und in 20 g Butter mit 60 g Fleischbrühe 1¼ Stunden gedünstet.

E 4,0 F 17,0 K 8,0 C 210.

321. Wirsing mit Speck.

200 g Wirsingblätter werden abgekocht und gespült, durch die Hackmaschine getrieben und der Brei in 35 g zerlassenen Speckwürfeln, 60 g Fleischbrühe und Salz 1¼ Stunden gedünstet. Über den angerichteten Wirsing werden nochmals 15 g geröstete Speckwürfel gegeben.

E 8,5 F 35,5 K 7,5 C 400.

322. Kohlrabi mit Buttermehl.

125 g Kohlrabi werden abgekocht, gespült und in einem leichten Buttermehl aus 35 g Butter, 20 g Aleuronatmehl, 30 g Rahm, 125 g Wasser und Salz geschwenkt. Vor dem Auftragen läßt man alles noch 10 Minuten dünsten.

E 18,5 F 35,5 K 9,5 C 460.

323. Kohlrabi mit Butter.

125 g Kohlrabischeiben werden abgekocht, gespült und in 20 g Butter mit 60 g Fleischbrühe ½—1 Stunde lang gedünstet.

E 2,5 F 16,5 K 7,0 C 195.

324. Grüne Bohnen, frisch.

160 g feingeschnitzte grüne Bohnen werden in 200 g schwachem Salzwasser ¾—1 Stunde gekocht und trocken angerichtet.

E 2,5 F 0,0 K 6,5 C 40.

Dazu frische oder zerlassene Butter.

325. Grüne Bohnen (Konserve).

150 g konservierte Schnittbohnen werden in 80 g Fleischbrühe einige Minuten gedünstet.

E 1,5 F 1,0 K 3,5 C 25.

326. Grüne Bohnen mit Butter (Konserve).

150 g grüne Bohnen werden mit 20 g Butter einige Minuten gekocht und dann gesalzen.

E 1,0 F 16,0 K 3,5 C 155.

327. Grüne Bohnen (frisch) mit Speck.

150 g grüne Bohnen (frisch) werden fein geschnitten und in 15 g leicht angebratenen Speckwürfeln und 80 g Fleischbrühe bis zum Weichwerden gedünstet (1¼ Stunden).

E 5,0 F 12,5 K 8,5 C 160.

328. Grüne Bohnen (Konserve) mit Speck.

Man kocht 80 g durchwachsenen Speck in 125 g Wasser ¾ Stunden, gibt dann 150 g konservierte Schnittbohnen und etwas Salz dazu, kocht alles noch 20 Minuten und richtet zusammen an.

E 8,0 F 55,0 K 3,5 C 570.

329. Grüne Bohnen (frisch) mit Buttermehl.

160 g feingeschnittene grüne Bohnen werden in 200 g schwachem Salzwasser ¾—1 Stunde gedünstet. Ferner gibt man 10 g Aleuronatmehl in 20 g heiße Butter, verkocht dies mit 40 g Fleischbrühe und läßt die trocken ausgehobenen Bohnen einige Minuten mit durchkochen.

E 10,5 F 16,5 K 7,5 C 235.

330. Prinzeßböhnchen mit Butter
(Haricots verts).

125 g grüne Böhnchen werden in schwachem Salzwasser erhitzt, recht trocken ausgehoben und mit 20 g zerlassener Butter angerichtet.

E 2,0 F 16,5 K 5,5 C 185.

331. Wachsbohnen mit Butter.

160 g frische Wachsbohnen werden 30 Minuten in schwachem Salzwasser gekocht, trocken ausgehoben und mit 20 g zerlassener Butter übergossen angerichtet.

E 2,5 F 16,5 K 6,5 C 190.

332. Wachsbohnen mit Buttermehl.

160 g geschnitzte Wachsbohnen werden in leichtem Salzwasser 30 Minuten lang gekocht und trocken ausgehoben. Man übergießt das Gemüse mit einer Buttermehltunke (Nr. 417).

E 20,5 F 21,0 K 9,0 C 330.

333. Grüne Erbsen (konserviert) mit Butter.

100 g Erbsen (Konserven) werden 10 Minuten in 15 g Butter und Salz gedünstet.

E 2,5 F 12,5 K 7,0 C 155.

334. Grüne Erbsen (frisch) mit Butter.

100 g grüne Erbsen werden in schwachem Salzwasser weichgekocht, trocken ausgehoben, mit 15 g zerlassener Butter übergossen und mit 15 g frischer Butter belegt angerichtet.

E 3,5 F 28,5 K 8,0 C 320.

Bemerkung zu Tomaten.

80 g frische Tomaten entsprechen etwa 30 g Tomatenmark. Der Farbe kann mit etwas Krebsrot nachgeholfen werden. Statt frischer Tomaten können auch eingeweckte Verwendung finden.

335. Tomaten.

160 g Tomaten werden gebrüht und die Haut abgezogen. Man schneidet die Tomaten in Scheiben, salzt sie leicht und dünstet einige Minuten in 20 g Butter.

E 1,0 F 16,5 K 4,0 C 175.

336. Tomate mit Fleisch gefüllt.

Eine Tomate wird halbiert und ausgehöhlt, bis sie noch 50 g wiegt. 30 g gehacktes Kalbfleisch werden mit einem Eigelb und etwas Salz verrührt, die eine Tomatenhälfte damit gefüllt, die andere Hälfte daraufgelegt und das Ganze in der Nelsonkasserolle mit 20 g Butter einige Minuten gedünstet.

E 9,0 F 21,5 K 2,0 C 250.

337. Schmorgurke mit Speck.

150 g geschälte und entkernte Gurken werden in breite Streifen geschnitten, leicht gesalzen und 1 Stunde lang stehen gelassen. Dann werden sie in einer Tunke aus 20 g Speckwürfeln, 15 g Aleuronatmehl, 20 g Essig, Salz, 1 Tablette Saccharin ½ Stunde gedünstet.

E 14,5 F 14,0 K 4,0 C 215.

338. Schmorgurken mit Butter.

150 g geschälte und entkernte Gurken werden in breite Streifen geschnitten und in 10 g Essig und 5 g Salz 1 Stunde mariniert. Dann dünstet man sie in 50 g Mosel, 20 g Fleischbrühe und 20 g Butter ¾ Stunden und bindet die sich bildende Brühe mit einem Ei, welches in 10 g Rahm und 10 g Aleuronatmehl verklopft war.

E 16,5 F 24,5 K 4,5 C 315.

339. Radieschen (gedünstet).

100 g Radieschen werden in 15 g Butter, Zitronensaft und etwas Salz 20 Minuten gedünstet.

E 1,0 F 12,5 K 3,5 C 130.

Desgleichen 100 g Radieschen mit 15 g frischer Butter.

340. Gemüse von weißem Rettich.

80 g geschälter Rettich werden in 20 g Butter, Zitronensaft und Salz 20 Minuten in fest verschlossener Kasserolle gedünstet.

E 1,0 F 16,5 K 5,5 C 190.

Desgleichen 80 g Rettich (frisch) mit 20 g Butter.

Meerrettich siehe unter Tunken.

341. Roterübengemüse.

80 g rote Rüben werden ungeschält gewaschen und in schwachem Salzwasser etwa 1 Stunde weich gekocht. Dann werden sie in feine Scheiben geschnitten und mit 15 g Butter, Zitronensaft und Salz noch 10 Minuten gedünstet.

E 1,0 F 12,5 K 5,5 C 140.

342. Roterübenpüree.

80 g rote Rüben werden ungeschält in schwachem Salzwasser weichgekocht, ½ Stunde in kaltes Wasser gelegt, dann geschält und durch die Hackmaschine getrieben. Der Brei wird in 15 g Butter, Zitronensaft und Salz einige Minuten gedünstet.

E 1,0 F 12,5 K 5,5 C 140.

343. Kohlrübengemüse.

80 g in Streifen geschnittenes Kohlrübenfleisch werden abgekocht, gespült und in 60 g Fleischbrühe mit 15 g Butter und Salz recht weich gedünstet. (Kochdauer ¾—1 Stunde.)

E 1,0 F 12,5 K 4,0 C 140.

344. Kohlrüben mit Speck.

80 g Kohlrübenfleisch werden abgekocht, gespült, dann mit 80 g Speck in einem Stück, 60 g Wasser und Salz weichgekocht. Die Kochdauer beträgt 1 Stunde.

E 7,5 F 55,5 K 4,0 C 565.

345. Kohlrüben, geschmort.

80 g Kohlrübenfleisch werden abgekocht, gespült und dann in einer Brühe aus 35 g Speckwürfeln, 20 g Aleuronatmehl, 60 g Fleischbrühe und Salz braun geschmort. (Die Kochzeit beträgt 1—1½ Stunden.)

E 19,0 F 25,0 K 5,0 C 345.

346. Gelbrüben.

80 g geputzte Gelbrüben werden abgekocht, gespült und in Schnitze geschnitten. Diese werden in 20 g Butter, 30 g Fleischbrühe und Salz weich gedünstet.

E 1,0 F 16,5 K 5,5 C 180.

347. Gelbrübenpüree.

50 g geputzte Gelbrüben werden abgekocht und gespült und in Stücke geschnitten. Diese werden in 30 g Fleischbrühe weichgedünstet, durch die Hackmaschine getrieben und der Brei mit 15 g Butter noch einige Minuten weiter gedünstet.

E 0,5 F 12,5 K 2,5 C 130.

348. Gelbe Rüben, geschmort.

100 g Gelbrübenscheiben werden in 10 g steigender Butter und etwas Salz unter häufigem Schütteln angebräunt. Dann gibt man eine Saccharintablette und 30 g Bratenbrühe daran und dünstet in der Nelsonkasserolle 35 Minuten. Die Tunke muß gänzlich verkocht sein, denn nur dadurch nehmen die Gelbrüben die braune Farbe an.

E 2,0 F 11,0 K 9,0 C 145.

349. Gelbe Rüben mit Spargeln.

50 g gelbe Rüben werden abgekocht, gespült und in schwachem Salzwasser weichgekocht. Ebenso verfährt man mit 50 g Spargelstückchen. Dann werden 10 g Aleuronatmehl in 20 g heißer Butter mit 30 g heißem Wasser zur glatten Tunke gerührt, mit Salz gewürzt und beide Gemüse in dieser Tunke gut durchgeschwenkt.

E 8,5 F 16,5 K 4,0 C 210.

350. Schwarzwurzeln.

100 g geschabte und in fingerlange Stücke zerschnittene Schwarzwurzeln werden abgekocht, gespült und in einer Tunke aus 20 g Butter, 20 g Aleuronatmehl, 40 g Fleischbrühe und 10 g Rahm nebst etwas Salz 25 Minuten gedünstet.

E 16,0 F 19,0 K 11,5 C 305.

351. Schwarzwurzeln mit brauner Butter.

100 g geschabte Schwarzwurzeln werden abgekocht und gespült, dann in schwachem Salzwasser 20—25 Minuten lang gekocht, trocken angerichtet und mit 25 g gebräunter Butter übergossen.

E 0,5 F 20,5 K 9,5 C 235.

352. Schwarzwurzeln, gebacken.

100 g Schwarzwurzeln werden gekocht, recht lang geschnitten, in Salz und 10 g Aleuronatmehl gewälzt, dann in einem mit wenig Wasser geschlagenem Ei gedreht und zuletzt in 25 g Aleuronatmehl paniert. Man bäckt in heißem Palmin zu schöner Farbe und richtet mit Mayonnaise (Nr. 425) an.

E 34,5 F 15,5 K 12,5 C 345.

(Berechnet sind 10 g Palmin.)

353. Sellerie in Bechameltunke.

100 g Sellerie werden in leichtem Salzwasser weich gekocht, geschält und in feine Scheiben geschnitten. Diese erhitzt man in ½ Portion Bechameltunke (Nr. 415).

E 9,5 F 8,5 K 12,0 C 170.

354. Champignons (frisch).

120 g frische, sorgfältig geputzte und gewaschene Champignons werden in Zitronensaft, 20 g Butter und Salz 10 Minuten gedünstet und mit einem Ei, das in 20 g Rahm und 5 g Aleuronatmehl gut verklopft war, gebunden.

E 9,0 F 21,0 K 5,0 C 255.

355. Champignons (konserviert).

100 g konservierte Champignons (wenn zu groß, zerschnitten) werden mit 20 g Butter erhitzt. Dann gibt man Zitronensaft und etwas Salz dazu, läßt einmal aufkochen und bindet mit einem Ei, das mit 10 g süßem Rahm und 5 g Aleuronatmehl verklopft war.

E 14,0 F 24,0 C 4,0 K 300.

356. Steinpilze (frisch).

100 g sorgfältig geputzte und gewaschene Steinpilze werden mit 20 g Butter, 15 g Zitronensaft und Salz etwa 25 Minuten gedünstet. Der sich bildende Saft wird mit 20 g saurem Rahm, in welchem man ein Ei und 15 g Aleuronatmehl verrührt hatte, gebunden.

E 22,0 F 26,5 K 6,5 C 425.

357. Steinpilze (konserviert).

80 g Steinpilze werden mit 15 g Butter erhitzt. Dann gibt man 15 g Zitronensaft und etwas Salz dazu, läßt einmal aufkochen und bindet mit einem Ei, das in 20 g saurem Rahm und 5 g Aleuronatmehl verklopft war.

E 8,0 F 16,5 K 6,0 C 215.

358. Morcheln (frisch).

50 g Morcheln werden abgebrüht, leicht gehackt und in 20 g Butter und Salz gedämpft. Man richtet recht trocken an.

E 1,0 F 16,5 K 1,5 C 165.

Zu geröstetem Fleisch, Enten-, Möwen-, Kiebitzeiern u. dgl.

359. Morcheln (konserviert).

Wie von frischen Morcheln.

E 1,0 F 16,5 K 1,5 C 165.

360. Pfifferlinge (frisch).

150 g frische Pfifferlinge werden ohne Wasserzusatz mit 30 g Butter und Salz 30 Minuten in festschließender Kasserolle gedünstet. Zuletzt gibt man 25 g süßen Rahm (mit einem Ei gut verklopft) dazu.

E 10,5 F 44,0 K 5,5 C 475.

361. Pfifferlinge (konserviert).

Wie von frischen Pfifferlingen.

E 10,0 F 44,0 K 4,5 C 470.

362. Pfifferlingmus.

100 g gewaschene Pfifferlinge werden mit 10 g Butter und etwas Salz ½ Stunde gedünstet. Alles wird durch die Hackmaschine getrieben, nochmals mit 10 g Butter erhitzt und angerichtet.

E 2,0 F 16,5 K 3,0 C 175.

Am besten zu Schweinskotelette, Geflügel oder Eierspeisen.

363. Gekochte Kartoffeln.

1 Portion = 100 g in Salzwasser weichgekochte und trocken ausgehobene Kartoffeln.

E 2,0 F 0,0 K 20,0 C 90.

Als Kartoffeln in der Schale mit Butter.

364. Kartoffeln, gekocht und entstärkt.

100 g geschälte Kartoffeln werden auf dem Reibeisen gerieben und so lange mit lauem Wasser gewaschen, bis keine Stärke mehr als Bodensatz zurückbleibt. Dann binde man die Masse in ein Mullsäckchen und koche sie in schwachem Salzwasser 20 Minuten.

E 1,0 F 0,0 K 10,0 C 45.

(Berechnet sind 50 g Kartoffeln.)

365. Kartoffeln, roh gebraten.

80 g mit dem Kartoffelbohrer ausgebohrte Kartoffeln werden 1 Minute in kochendem Wasser abgekocht. Dann läßt man sie gut abtropfen und brät sie in 20 g Schweinefett mit Salz 20 Min. unter häufigem Rütteln, bis sie dunkelgelb sind.

E 1,0 F 19,0 K 16,0 C 250.

Ebenso 75 g gekochte Kartoffeln mit 25 g Butter geröstet (Bratkartoffeln).

366. Aufgelaufene Kartoffeln.

(Pommes frites.)

80 g geschälte Kartoffeln in einem Stück werden in 6 Scheiben geschnitten. Diese läßt man in viel heißem Fett (Palmin) kochen, bis sie obenauf schwimmen, dann werden sie schnell herausgenommen. Man erhitzt nun das Fett stark, tut die Kartoffelscheiben nochmals hinein und läßt sie so lange kochen, bis sie hoch auflaufen. Sie werden dann schnell auf ein Sieb gelegt, in Salz geschwenkt und sogleich aufgetragen.

E 1,0 F 28,5 K 16,0 C 335.

(Berechnet sind 30 g Palmin.)

367. Kartoffelbrei (Kartoffelpüree).

80 g geschälte Kartoffeln werden in schwachem Salzwasser weichgekocht, durch ein Sieb gestrichen und mit 100 g heißer Diabetikermilch, 25 g Butter und Salz recht heiß verrührt, zuletzt unter Zugabe von einem Ei.

E 8,0 F 30,0 K 17,0 C 375.

368. Kartoffelgemüse.

80 g geschälte Kartoffeln werden in Scheiben geschnitten, abgekocht und gespült. Dann werden sie in 60 g Fleischbrühe mit 10 g geriebener Zwiebel und etwas Salz weich gedünstet, und mit 5 g Petersilie vermischt.

E 1,5 F 0,5 K 17,0 C 80.

369. Saure Kartoffeln.

80 g geschälte Kartoffeln werden in dünne Scheibchen geschnitten, einmal in Salzwasser aufgekocht, gut nachgespült und in Specktunke I (Nr. 436) fertig gekocht.

E 11,5 F 21,0 K 17,5 C 320.

370. Bechamelkartoffeln.

Man dünstet 20 g feine Schinkenwürfel in 20 g Butter mit 10 g geriebener Zwiebel, gibt 20 g Aleuronatmehl, 40 g Fleischbrühe und 20 g Rahm dazu, kocht eine glatte Tunke davon und erhitzt darin 80 g Kartoffeln, die abgekocht und in Scheiben geschnitten wurden.

E 22,5 F 26,0 K 19,0 C 430.

371. Kartoffelpuffer.

80 g roh geschälte Kartoffeln werden gerieben. Man läßt die Stärke in viel Wasser gut absetzen, preßt die oben schwimmende Masse durch ein Tuch aus und vermengt den zurückbleibenden Brei mit einem Ei, 15 g Aleuronatmehl und Salz, bäckt schnell in 30 g heißem Schweinefett zu drei Kuchen, die beiderseits braun sein sollen.

E 19,5 F 34,5 K 12,5 C 435.

Dazu Preißelbeerkompott.

372. Topinambur.

80 g geputzte Topinamburknollen werden in Scheiben geschnitten, in leichtem Salzwasser abgekocht und trocken ausgehoben.

E 1,0 F 0,1 K 11,0 C 55.

Dazu zerlassene Butter, holländische Tunke, Mousselintunke, Gemüsetunke.

373. Topinambur, gedünstet.

80 g geschälte Topinamburknollen werden in fingerdicke Scheiben geschnitten, in Salzwasser 20 Minuten gekocht, trocken ausgehoben und in 5 g Butter noch einige Minuten gedünstet.

E 1,0 F 4,0 K 11,0 C 95.

374. Stachys.

100 g Stachysknollen werden gut gewaschen, 15 Minuten in schwachem Salzwasser gekocht und recht trocken ausgehoben.

E 1,5 F 0,1 K 13,0 C 60.

Dazu zerlassene Butter, Gemüsetunke, holländische Tunke.

375. Topinamburbrei.

100 g in Scheiben geschnittene Topinamburknollen werden in schwachem Salzwasser weichgekocht und das Kochwasser abgegossen. Man treibt die Scheiben durch ein feines Sieb und verrührt den Brei mit 10 g süßem Rahm und 10 g Butter.

E 1,5 F 10,5 K 13,0 C 155.

376. Stachysbrei.

100 g geputzte Stachysknollen werden in schwachem Salzwasser weichgekocht und das Kochwasser abgegossen. Die Stachys werden dann durch ein feines Sieb getrieben und mit 10 g süßem Rahm und 10 g Butter zum Püree verrührt.

E 2,0 F 10,5 K 13,5 C 160.

377. Haferbrei.

40 g Hafermehl werden in 150 g Wasser 20 Minuten lang langsam gekocht und zuletzt 20 g Butter und Salz dazu gegeben.

E 4,5 F 18,0 K 25,5 C 290.

378. Mondaminbrei.

30 g Mondamin werden mit 50 g kaltem Wasser verrührt, dann 150 g kochende Diabetikermilch und etwas Salz dazu gegeben. Man läßt unter gutem Rühren 10 Minuten lang kochen.

E 3,5 F 6,5 K 21,5 C 165.

½ Portion: E 2,0 F 3,0 K 11,0 C 85.

379. Bouillonreis als Gemüse.

30 g Reis läßt man in 200 g Fleischbrühe kochen. Kurz vor dem Anrichten werden 10 g Butter leicht daruntergerührt.

E 3,0 F 9,5 K 22,5 C 190.

380. Reisrand oder Reiskuppel.

30 g Reis läßt man in leicht gesalzenem Wasser kochen. Nach dem Abtropfen wird der Reis in ein kleines Rand- oder Kuppelförmchen gedrückt und gestürzt.

E 2,0 F 0,0 K 22,5 C 100.

VI. Salate.

Was unter Nr. V von der Bedeutung der Gemüse für den Diabetiker gesagt wurde, gilt ähnlich von den Salaten, die durch ihre Zubereitung zu einer einheitlichen Gruppe werden. Die Salate werden kalt mit Öl vermengt und mit Essig und Salz gewürzt. Statt dessen kann auch saurer Rahm oder Mayonnaise zur Herstellung von Salaten dienen. Wichtig ist, daß der Salat in trockenem oder abgetrocknetem Zustand mit dem Öl gemengt wird, da das Fett von nassen Blättern ablaufen würde.

381. Kopfsalat I.

100 g Salatblätter werden geputzt, gewaschen und gut abgetropft, dann mit 15 g Öl, 10 g Essig und Salz rasch vermengt und sofort aufgetragen.

E 1,0 F 14,5 K 2,0 C 150.

382. Kopfsalat II.

100 g geputzter Kopfsalat werden gewaschen und mit ½ Portion Salattunke (Nr. 434) angemacht.

E 8,0 F 24,0 K 2,5 C 270.

383. Kopfsalat III.

100 g gewaschene, trockene Kopfsalatblätter werden mit 60 g saurem Rahm, etwas Salz und 10 g Essig rasch vermengt.

E 3,5 F 13,0 K 3,5 C 155.

384. Kopfsalat mit Speck.

50 g gewaschene Kopfsalatblätter werden mit 10 g Essig und etwas Salz vermengt und kurz vor dem Auftragen mit 20 g zerlassenen Speckwürfeln, die aber wieder verkühlt sein müssen, übergossen.

E 2,5 F 14,0 K 1,0 C 145.

385. Endiviensalat I.

100 g Endiviensalat werden mit 15 g Öl und 10 g Essig zum Salat angemacht.

E 1,3 F 14,5 K 2,0 C 150.

386. Endiviensalat II.

100 g Salatblätter werden mit ½ Portion Salattunke (Nr. 434) vermengt.

E 8,5 F 24,0 K 3,0 C 270.

387. Endiviensalat mit Speck.

50 g Endivienblätter werden gewaschen, mit 10 g Essig und etwas Salz vermengt und kurz vor dem Auftragen mit 20 g zerlassenen Speckwürfeln, die aber wieder verkühlt sein müssen, übergossen.

E 2,5 F 14,0 K 1,0 C 145.

388. Feldsalat I.

100 g Feldsalat werden mit 15 g Öl, 10 g Essig und Salz angemacht.

E 1,5 F 14,5 K 2,5 C 155.

389. Feldsalat II.

100 g geputzter Feldsalat werden gewaschen und mit ½ Portion Salattunke (Nr. 434) angemacht.

E 8,5 F 24,0 K 3,5 C 275.

390. Salat von Salzgurke.

100 g geschälte Salzgurke werden in feine Scheiben geschnitten und mit 15 g Öl und 5 g Essig vermengt.

E 0,5 F 14,5 K 1,0 C 140.

391. Gurkensalat I.

100 g geschälte Gurke werden in feine Scheiben geschnitten, in 5 g Salz einige Minuten stehen gelassen, leicht ausgepreßt und mit 15 g Öl und 10 g Essig zum Salat angemacht.

E 1,0 F 14,5 K 2,0 C 150.

392. Gurkensalat II.

100 g geschälte Gurke werden in feine Scheiben geschnitten, mit 5 g Salz einige Minuten stehen gelassen, darauf leicht ausgepreßt und mit 50 g saurem Rahm und 10 g Essig zum Salat angemacht.

E 3,0 F 11,0 K 3,5 C 125.

393. Bohnensalat.

100 g grüne Bohnen werden abgekocht und gespült, in schwachem Salzwasser 20 Minuten gedünstet, trocken ausgehoben und mit 10 g Essig, 15 g Öl und Salz zum Salat angemacht.

E 1,5 F 14,5 K 4,0 C 165.

394. Bohnensalat (Konserve).

100 g Schnittbohnen (Konserve) werden mit 15 g Öl, 10 g Essig und Salz zum Salat angemacht.

E 1,0 F 14,5 K 2,0 C 150.

395. Roterübensalat.

60 g Roterüben werden ungeschält in schwachem Salzwasser weichgekocht, ½ Stunde gewässert, dann geschält und in feine Scheiben geschnitten. Diese werden mit 15 g Öl, 10 g Essig und Salz zum Salat angemacht.

E 0,5 F 14,5 K 4,0 C 160.

396. Spargelsalat.

100 g geschälte Spargeln werden in Stücke geschnitten und 20 Minuten in leichtem Salzwasser gekocht. Dann läßt man das Wasser ablaufen und mengt die trockenen Spargeln mit 15 g Öl, 10 g Essig und etwas Salz.

E 1,0 F 14,5 K 1,5 C 150.

397. Blumenkohlsalat I.

100 g Blumenkohlröschen werden in schwachem Salzwasser abgekocht, trocken ausgehoben und nach dem Erkalten mit 15 g Öl, 10 g Essig, etwas Salz und wenig Wasser zum Salat angemacht.

E 1,5 F 15,0 K 3,0 C 155.

398. Blumenkohlsalat II.

100 g Blumenkohl werden abgekocht, trocken ausgehoben und nach dem Erkalten mit ½ Portion Salattunke (Nr. 434) übergossen angerichtet.

E 8,5 F 24,0 K 4,0 C 275.

399. Tomatensalat.

100 g Tomaten werden gebrüht, enthäutet und in feine Scheiben geschnitten. Diese werden mit 15 g Öl, 10 g Essig und Salz zum Salat angemacht.

E 0,5 F 14,5 K 3,0 C 155.

400. Sauerkrautsalat.

125 g Sauerkraut werden gekocht, gespült und recht trocken ausgedrückt. Man macht es dann mit 15 g Öl, 10 g Essig und etwas Salz zum Salat an.

E 1,5 F 15,0 K 3,5 C 160.

401. Gelbrübensalat.

100 g Gelbrüben werden 25 Minuten lang gekocht, abgespült, in feine Streifen geschnitten und diese mit 15 g Öl, 15 g Essig und Salz zum Salat angemacht.

E 0,5 F 15,0 K 6,5 C 165.

402. Schwarzwurzelsalat.

100 g rohe, geschabte Schwarzwurzeln werden 25 Minuten gekocht und abgespült, dann in dünne, schräge Scheibchen geschnitten, gesalzen und mit ½ Portion Salattunke (Nr. 434) vermengt.

E 7,5 F 24,0 K 10,5 C 295.

403. Selleriesalat.

60 g Sellerie werden gekocht, in feine Scheiben geschnitten und mit ½ Portion Salattunke (Nr. 434) vermengt. Der Salat ist eine Stunde vor dem Auftragen zu bereiten.

E 8,0 F 24,0 K 7,0 C 285.

404. Artischockensalat.

50 g Artischockenboden werden in kleine Würfel geschnitten, ebenso 20 g Morcheln und 30 g Spargeln. Alles wird mit Salattunke (Nr. 434) vermengt und recht kalt angerichtet.

E 15,5 F 48,5 K 9,0 C 545.

405. Stachyssalat I.

50 g geschälte Stachysknollen werden gekocht, zerschnitten und mit 10 g Öl, 10 g Essig und Salz vermengt.

E 1,0 F 9,5 K 6,0 C 120.

406. Stachyssalat II.

50 g gekochte und geschälte Stachysknollen werden mit ½ Portion Salattunke (Nr. 434) vermengt.

E 8,0 F 24,0 K 7,0 C 285.

407. Topinambursalat I.

80 g geschälte Topinamburknollen werden zerschnitten, abgekocht, mit 10 g Essig, 15 g Öl und etwas Salz vermengt und bald aufgetragen.

E 1,0 F 14,5 K 9,5 C 180.

408. Topinambursalat II.

80 g geschälte und in feine Scheiben zerschnittene Topinamburknollen werden abgekocht, gespült und mit Salattunke (Nr. 434) vermengt.

E 14,5 F 48,0 K 11,5 C 555.

409. Kartoffelsalat I.

100 g Kartoffeln werden in der Schale gekocht, dann geschält und in feine Scheiben geschnitten. Diese werden noch warm mit 15 g Essig, 15 g Öl, 10 g geriebener Zwiebel und 20 g Fleischbrühe sowie Salz zum Salat angemacht.

E 1,5 F 15,0 K 21,0 C 230.
½ Portion: E 1,0 F 7,5 K 10,5 C 115.

410. Kartoffelsalat II.

100 g Kartoffeln werden in der Schale gekocht und geschält, in feine Scheiben geschnitten, noch warm mit Salattunke (Nr. 434) vermischt und angerichtet.

E 15,0 F 48,0 K 22,0 C 600.

411. Schweizersalat.

30 g rote Rüben, 30 g Gelbrüben und 30 g Sellerie werden abgekocht und in Würfel geschnitten. 30 g rohe Äpfel und 30 g saure Gurken werden ebenfalls in Würfel geschnitten und alles mit 15 g Öl, einem Eigelb, 10 g Essig und etwas Salz 2 Stunden vor dem Auftragen zum Salat angemacht.

E 3,5 F 19,5 K 10,0 C 240.

VII. Tunken.

Die Tunken (Saucen) werden als Beigabe zu den verschiedensten Gerichten gereicht. In der folgenden Zusammenstellung sind die warm anzurichtenden Tunken mit w, die anderen mit k bezeichnet.

Die Tunken sollen den Geschmack des Hauptgerichts nicht verdecken, sondern heben. Ihre Bedeutung liegt in ihrem ziemlich hohen Nährwert, der besonders auf dem Fett-, aber auch Eiweißgehalt beruht. Hierin liegt auch ihr Wert für den Zuckerkranken. Wie alle flüssigen Gerichte, können sie noch verzehrt werden, wenn für feste Speisen schon Sättigungsgefühl besteht.

Die Tunken sind alphabetisch geordnet, um das Aufsuchen zu erleichtern.

412. Bratenbrühe (w).

1 Portion = 100 g. Im Mittel:

E 2,5 F 9,0 K 0,0 C 95.

413. Zerlassene Butter (w).

30 g Butter läßt man auf dem Feuer zergehen.

E 0,0 F 24,5 K 0,0 C 230.

414. Bearner Tunke (w).

20 g Zwiebel kocht man in 80 g Fleischbrühe und 15 g Essig 20 Minuten. Dann streicht man alles durch ein feines Sieb. Zwei Eier werden mit 10 g Aleuronatmehl und 30 g heißer Butter unter langsamem Zugießen der vorher genannten Brühe auf dem Feuer schaumig geschlagen. Die Tunke wird bis zum Gebrauch im Wasserbad aufgehoben.

E 20,5 F 36,0 K 3,0 C 435.

Zu Fisch und gerösteten Steaks.

415. Bechameltunke (w).

25 g Zwiebelscheiben werden in 10 g Speckwürfeln und 10 g Butter recht hell gedünstet, 20 g Aleuronatmehl dazugegeben und mit 30 g Fleischbrühe und 30 g Diabetikermilch aufgefüllt. Man kocht alles zu einer recht glatten Tunke, streicht diese durch ein feines Sieb und würzt mit etwas Salz.

E 16,5 F 16,5 K 4,0 C 250.

½ Portion: E 8,5 F 8,5 K 2,0 C 125.

Zu Fleisch und Kartoffeln.

416. Burgundertunke (w).

Man gibt 20 g Aleuronatmehl in 20 g heiße Butter, kocht dies mit 40 g Fleischbrühe und 40 g Rotwein glatt, würzt mit Salz, 10 g geriebener Zwiebel, 5 g Maggi und einer Scheibe Zitrone und läßt 10 Minuten kochen. Zum Schluß gibt man die Tunke durch ein feines Sieb.

E 18,0 F 16,5 K 3,0 C 250.

Zu Eiern, Ochsenfleisch, Schinken usw.

417. Buttermehltunke (w).

20 g heiße Butter werden mit 20 g Aleuronatmehl verrührt, mit 50 g Fleischbrühe recht glatt verkocht und mit einem Eigelb gebunden.

E 18,0 F 21,0 K 2,5 C 295.

Zu Gemüsen.

418. Champignontunke (w).

Man gibt 25 g Aleuronatmehl in 30 g heiße Butter und kocht dies mit 120 g Fleischbrühe glatt. Dazu werden 10 g Zitronensaft, 40 g konservierte Champignonscheiben und Salz getan. Man kocht einige Minuten und bindet zuletzt mit einem in heißem Wasser zerklopften Eigelb.

E 24,0 F 30,0 K 3,0 C 410.

Zu Wild und Geflügel.

419. Dilltunke (w).

35 g Aleuronatmehl gibt man in 20 g heiße Butter, verkocht dies mit 80 g Fleischbrühe (oder Fischbrühe) zur glatten Tunke, würzt mit 10 g Essig und 5 g feingehacktem Dill, sowie etwas Salz und bindet vor dem Auftragen mit 20 g Rahm und einem Eigelb.

E 31,0 F 26,5 K 3,0 C 390.

Zu Ochsenfleisch, Schleie, Karpfen usw.

420 a. Diabetikertunke.

Man bringt zwei in 40 g saurem Rahm verklopfte Eigelb in 20 g zerlassene Butter, tut 20 g Wasser und etwas Zitronensaft dazu und schlägt alles auf dem Wasserbad zu zarter Creme.

E 7,0 F 34,5 K 1,5 C 360.

Zu Fisch, Gemüsen und Aufläufen.

420 b. Gemüsetunke (w).

Zwei Eier werden mit 10 g Aleuronatmehl verrührt, 30 g heiße Butter dazu gegeben und alles mit 40 g Wasser, Zitronensaft und Salz auf dem Feuer schaumig geschlagen.

E 20,0 F 35,5 K 1,5 C 420.

Zu Gemüsen, Aufläufen usw.

421. Gurkentunke (w).

Man gibt 25 g Aleuronatmehl in 30 g heiße Butter und kocht dies mit 125 g Fleischbrühe glatt. Dazu tut man 10 g Essig, 50 g in Würfel geschnittene Salzgurke und etwas Salz. Man kocht einige Minuten und gibt noch wenige Tropfen Zuckerfarbe dazu.

E 20,5 F 25,5 K 2,5 C 340.

Zu Ochsenfleisch, Eiern usw.

422. Holländische Tunke (w).

Aus 25 g Butter und 30 g Aleuronatmehl bereitet man eine helle Mehlschwitze, die mit 80 g Fleischbrühe glatt gekocht wird. Man würzt mit Zitronensaft und bindet zuletzt mit einem Eigelb, das in heißem Wasser schaumig gerührt wurde.

E 26,5 F 26,0 K 2,5 C 375.

Zu Fleisch, Fisch und feinem Gemüse.

423. Käsetunke (w).

Man verrührt 30 g heiße Butter mit 30 g Aleuronatmehl und kocht dies mit 125 g Fleischbrühe glatt. Zu dieser Tunke gibt man 20 g geriebenen Schweizerkäse, 50 g gewiegten, gekochten Schinken und 30 g sauren Rahm und läßt alles noch einmal aufkochen.

E 42,5 F 49,5 K 3,5 C 685.

Zu harten Eiern.

424. Kaperntunke (w).

In 20 g heiße Butter gibt man 30 g Aleuronatmehl, verkocht dies mit 80 g Fleischbrühe zur glatten Tunke, gibt 8 g Kapern, Zitronensaft, ein Eigelb (in einem Eßlöffel heißem Wasser verrührt) und etwas Salz dazu.

E 26,0 F 22,0 K 2,0 C 335.

Zu Fisch, Fleisch und Fleischauflauf.

425. Mayonnaise (k).

Zwei ganze Eier verrührt man gut mit 15 g Öl, Essig, 10 g süßem Rahm und etwas Salz und schlägt das Ganze auf dem Wasserbad dick schaumig. Man gibt die Tunke kalt.

E 12,5 F 28,0 K 1,0 C 310.

Zu Fleisch, Fisch und Salaten.

426. Meerrettichtunke (w).

25 g geriebener Meerrettich werden in 10 g Butter, 5 g Aleuronatmehl und 60 g Fleischbrühe einige Minuten gedünstet und zuletzt 20 g süßer Rahm dazugegeben.

E 5,5 F 13,0 K 4,5 C 165.

Zu Fleisch und Fisch.

427. Meerrettich, roh (mit Butter).

30 g zerlassene Butter werden mit 30 g geriebenem Meerrettich gemischt.

E 1,0 F 24,5 K 4,0 C 250.

428. Morcheltunke (w).

25 g Aleuronatmehl läßt man in 25 g Butter schwitzen, löscht mit 125 g Fleischbrühe ab und verkocht zu recht glatter Tunke. Diese streicht man durch ein Sieb, gibt 15 g gewiegte Morcheln, 15 g gehackte Petersilie und ein in 10 g Rahm verklopftes Eigelb dazu.

E 23,5 F 26,0 K 3,5 C 365.

Zu Ochsenfleisch und Kalbfleisch.

429. Mousselinetunke (w).

50 g Mosel, 80 g Fleischbrühe, 30 g zerlassene Butter, zwei Eigelb und 10 g Aleuronatmehl werden mit etwas Salz auf dem Feuer schnell schaumig geschlagen, zuletzt unter Zugabe des Schnees der Eier.

E 21,5 F 36,0 K 1,5 C 440.

Zu gebackenem Fisch.

430. Walnußtunke (w).

25 g feingeriebene Walnüsse werden mit einem halben Eigelb, Zitronensaft, 5 g Butter, 90 g Fleischbrühe und etwas Salz auf dem Feuer bis zum Kochen geschlagen.

E 5,0 F 20,5 K 3,0 C 245.

431. Haselnußtunke (w).

Ebenso wie Walnußtunke.

E 5,0 F 20,5 K 2,0 C 245.

432. Petersilientunke (w).

Man bereitet aus 20 g Butter und 30 g Aleuronatmehl eine Schwitze, kocht diese mit 80 g Fleischbrühe glatt und gibt einen Löffel gehackte Petersilie, sowie etwas Salz dazu. Zuletzt bindet man die Tunke mit einem schaumig gerührten Eigelb.

E 26,5 F 22,0 K 3,0 C 345.

Zu Fleisch und Fisch.

433. Remouladentunke (k).

Zwei Eier werden mit 15 g Öl, 15 g Essig, 10 g süßem Rahm und etwas Salz gut verrührt, auf dem Wasserbad schaumig geschlagen und dann kalt gestellt. Hierzu gibt man einen Löffel Petersilie und 20 g gehackte Pfeffergurke.

E 12,5 F 28,0 K 1,0 C 310.

Zu Fleisch und Fisch.

434. Salattunke (k).

Zwei Eier schlägt man mit 30 g Öl, 30 g Essig und etwas Salz auf dem Feuer schaumig, nimmt sie vom Feuer weg und gibt rasch 25 g süßen Rahm daran. Dann streicht man die Tunke durch ein feines Sieb und läßt erkalten.

E 13,5 F 48,0 K 2,0 C 510.
½ Portion: E 7,0 F 24,0 K 1,0 C 255.

435. Sardellentunke (w).

Man gibt 20 g Aleuronatmehl in 20 g heiße Butter, kocht dies mit 60 g Fleischbrühe glatt und gibt 20 g gehackte Sardellen und Zitronensaft dazu. Man richtet die Tunke an, ohne sie nochmals kochen zu lassen.

E 20,0 F 17,0 K 1,5 C 265.

Zu Eiern und Fleisch.

436. Specktunke I (w).

30 g Speckwürfel werden mit 10 g geriebener Zwiebel braun geröstet. Dann gibt man 10 g Aleuronatmehl, 20 g Fleischbrühe und 15 g Essig dazu und kocht die Tunke glatt.

E 10,5 F 21,0 K 1,5 C 250.

Zu Eiern.

437. Specktunke II (w).

Man röstet 20 g Aleuronatmehl in 50 g Speckwürfeln, kocht dies mit 60 g Fleischbrühe glatt, würzt mit Salz, Zitronensaft und 5 g Maggi.

E 21,0 F 35,0 K 1,5 C 435.

Zu harten Eiern.

438. Tartartunke (k).

(Kalte Tomatentunke.)

Man schlägt zwei Eier mit 20 g Öl, 20 g Essig und etwas Salz auf dem Feuer zu zartem Schaum und läßt erkalten. Dazu gibt man das Püree von 100 g Tomate (frisch oder eingeweckt), sowie etwas Pfeffer, Senf, Kapern und Petersilie.

E 13,0 F 30,5 K 4,5 C 355.

Zu kaltem Fleisch.

439. Tomatentunke (w).

20 g Schinkenwürfel, 10 g Zwiebelringe und 100 g Tomatenscheiben werden in 20 g heiße Butter gegeben, alles einige Minuten gedämpft, dann 30 g Aleuronatmehl dazugetan und mit 80 g Fleischbrühe glatt verkocht. Man streicht alles durch ein feines Sieb und kocht mit etwas Salz nochmals auf.

E 29,0 F 18,5 K 6,5 C 340.

440. Zwiebeltunke (w).

30 g Zwiebelscheiben werden in 30 g Butter recht hell gedämpft, 25 g Aleuronatmehl dazu gegeben, mit 60 g Bouillon und 30 g Rahm abgelöscht und zu recht glatter Brühe verkocht. Diese wird durch ein feines Sieb gestrichen und mit Salz und 5 g Maggi gewürzt.

E 22,0 F 32,0 K 5,5 C 425.

VIII. Belegte Brötchen.

Die belegten Brötchen sind hier in größerer Zusammenstellung aufgenommen. Unter a) sind die Unibrote, unter b) 20 g Schwarzbrot und unter c) 30 g Weißbrot oder Semmel als Grundlage aufgeführt. [Mit Ausnahme von Butterbrot (Nr. 441) kann der Belag indessen auch ohne Unibrot gereicht werden, wofür 10 g Eiweiß, 1 g Kohlehydrate und 52 Calorien abzuziehen sind.] Das Unibrot dient uns nicht als Brot„ersatz", sondern nur als Unterlage und hat sich als solches sehr bewährt. Hoffentlich wird die Zusammensetzung von der Firma nicht geändert. Andere Ersatzbrote für Diabetiker aufzuführen haben wir keine Veranlassung gehabt. Schwarzbrot oder Weißbrot kann natürlich nur bei leidlicher Kohlehydrattoleranz gegeben werden. Besonders beliebt ist es als Zulage bei Leichtkranken.

Unibrot.

Ein Stück. E 10,0 F 0,0 K 0,9 C 53.

1 Scheibe Schwarzbrot.

Handtellergroß, möglichst dünn, ca. 20 g.
E 1,4 F 0,2 K 14,4 C 66.

Ein halbes Milchbrötchen.

ca. 30 g.
E 2,1 F 0,1 K 17,0 C 80.

441 a. Butterbrot.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen.
E 10,0 F 16,0 K 1,0 C 205.

441 b. Schwarzbrot mit Butter.

20 g Schwarzbrot werden mit 20 g Butter bestrichen.
E 1,5 F 16,0 K 14,5 C 220.

441 c. Weißbrot mit Butter.

30 g Weißbrot (½ Semmel) werden mit 20 g Butter bestrichen.

E 2,0 F 16,0 K 17,0 C 230.

442 a. Unibrot mit Sardellenbutter.

20 g gut entwässerte, entgrätete Sardelle werden mit 20 g Butter fein verrieben und durch ein Sieb getrieben. Die Mischung wird auf ein halbiertes Unibrot gestrichen.

E 14,5 F 16,5 K 1,0 C 230.

442 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 6,0 F 17,0 K 14,5 C 245.

442 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 6,5 F 17,0 K 17,0 C 255.

443 a. Brötchen mit Kieler Sprotten.

20 g Butter werden glatt gerührt und 20 g feingewiegte Kieler Sprotten (ohne Haut und Gräten) dazu gemischt. Man streicht dies auf ein halbiertes Unibrot, garniert mit 10 g Sardellenfilet und einem harten Ei.

E 23,0 F 29,0 K 1,5 C 360.

443 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 14,0 F 29,0 K 15,0 C 375.

443 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 15,0 F 29,0 K 17,5 C 385.

444 a. Kaviarbrötchen.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen. Hierauf gibt man 30 g Kaviar und eine Zitronenscheibe. Man reiche das Brötchen recht kalt.

E 18,5 F 20,0 K 1,5 C 285.

444 b. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 11,5 F 20,0 K 17,5 C 310.

445 a. Brötchen mit Eiersalat.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter und Eiersalat (Nr. 256) bestrichen.

E 23,0 F 24,0 K 2,0 C 365.

445 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 14,5 F 24,0 K 15,5 C 380.

445 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 15,0 F 24,0 K 18,0 C 390.

446 a. Brötchen mit Fleischsalat.

Ein halbiertes Unibrot wird mit folgendem Fleischsalat belegt: ein Ei, 15 g saure Gurke und 50 g helles gebratenes Fleisch werden mit 10 g Öl, 10 g Essig und Salz vermischt. Obenauf wird mit 10 g heller Fleischsulz garniert.

E 28,5 F 18,5 K 1,5 C 305.

446 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 20,0 F 18,5 K 15,0 C 320.

446 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 20,5 F 18,5 K 17,5 C 330.

447 a. Fleischbrötchen (von rohem Fleisch).

Ein halbiertes Unibrot bestreicht man mit 15 g Butter. 60 g geschabtes Ochsenfleisch werden mit einem Eigelb und etwas Salz vermischt und auf das bestrichene Brot gegeben. Oben wird dies mit einem harten Ei und 10 g Sardellenfilet garniert.

E 39,0 F 27,0 K 1,5 C 410.

447 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 31,5 F 27,0 K 15,0 C 425.

447 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 31,0 F 27,0 K 17,5 C 435.

448 a. Brötchen mit kaltem Braten.

Ein durchschnittenes Unibrot wird mit 20 g Butter gestrichen und mit 30 g kaltem Braten belegt.

E 18,0 F 18,5 K 1,0 C 260.

448 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 9,5 F 18,5 K 14,5 C 275.

448 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 10,0 F 18,5 K 17,0 C 285.

449 a. Brötchen mit kaltem Fleisch und saurer Gurke.

Ein durchschnittenes Unibrot wird mit 20 g Butter gestrichen, mit 30 g kaltem Braten belegt und 20 g Salzgurke darauf gegeben.

E 18,0 F 18,5 K 1,5 C 265.

449 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 9,5 F 18,5 K 15,0 C 280.

449 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 10,0 F 18,5 K 17,5 C 290.

450 a. Brötchen mit Lachsschinken.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen und mit 40 g Lachsschinken belegt.

E 20,5 F 17,5 K 1,0 C 265.

450 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 12,0 F 17,5 K 14,5 C 280.

450 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 12,5 F 17,5 K 17,0 C 290.

451 a. Brötchen mit gekochtem Schinken.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen und uit 30 g gekochtem fettem Schinken belegt.

E 17,0 F 23,5 K 1,0 C 310.

451 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 8,5 F 23,5 K 14,5 C 325.

451 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 9,0 F 23,5 K 17,0 C 335.

452 a. Brötchen mit gewiegtem Schinken.

Ein Unibrot wird halbiert, mit 20 g Butter gestrichen und mit 40 g feingewiegtem Lachsschinken belegt.

E 20,5 F 17,5 K 1,0 C 265.

452 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 12,0 F 17,5 K 14,5 C 280.

452 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 11,0 F 17,5 K 17,0 C 290.

453 a. Brötchen mit Zunge.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen und mit 30 g Zunge belegt.

E 18,0 F 20,5 K 1,0 C 280.

453 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 9,5 F 20,5 K 14,5 C 300.

453 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 10,0 F 20,5 K 17,0 C 310.

454 a. Brötchen mit Gänsebrust.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen und mit 30 g Gänsebrust belegt.

E 16,5 F 25,0 K 1,0 C 320.

454 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 8,0 F 25,0 K 14,5 C 335.

454 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 8,5 F 25,0 K 17,0 C 345.

455 a. Brötchen mit Lachs.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen und mit 30 g Lachs belegt.

E 17,0 F 19,5 K 1,0 C 270.

454 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 8,5 F 19,5 K 14,5 C 285.

455 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 9,0 F 19,5 K 17,0 C 295.

456 a. Brötchen mit Zervelatwurst.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter gestrichen und mit 30 g Zervelatwurst belegt.

E 17,0 F 29,5 K 1,0 C 355.

456 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 8,5 F 29,5 K 14,5 C 370.

456 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 9,0 F 29,5 K 17,0 C 380.

457 a. Brötchen mit Mettwurst (Streichwurst).

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter und mit 30 g Mettwurst bestrichen.

E 15,5 F 28,0 K 1,0 C 340.

457 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 7,0 F 28,0 K 14,5 C 355.

457 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 7,5 F 28,0 K 17,0 C 365.

458 a. Brötchen mit Salamiwurst.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen und mit 30 g Salamiwurstscheibchen belegt.

E 18,0 F 30,0 K 1,0 C 375.

458 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 9,5 F 30,0 K 14,5 C 390.

458 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 10,0 F 30,0 K 17,0 C 400.

459 a. Brötchen mit Quark.

20 g Butter werden mit 30 g Quark verrührt und auf ein halbiertes Unibrot gestrichen.

E 20,5 F 18,0 K 1,5 C 265.

459 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 12,0 F 18,0 K 15,0 C 280.

459 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 12,5 F 18,0 K 17,5 C 290.

460 a. Brötchen mit Camembert.

20 g Butter werden mit 30 g Camembert verrührt und auf ein halbiertes Unibrot gestrichen.

E 16,5 F 23,5 K 1,0 C 30,5.

460 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 8,0 F 23,5 K 14,5 C 320.

460 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 8,5 F 23,5 K 17,0 C 330.

461 a. Brötchen mit Roquefortkäse.

Ein Unibrot wird halbiert und mit einer Masse aus 15 g Butter und 15 g Roquefort (verrührt und recht kalt) bestrichen.

E 13,5 F 15,0 K 1,5 C 230.

461 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 5,0 F 15,0 K 15,0 C 245.

461 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 5,5 F 15,0 K 17,5 C 255.

462 a. Brötchen mit Schweizerkäse.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen und mit 20 g Schweizer-(Emmentaler-)Käse belegt.

E 15,5 F 22,0 K 1,5 C 290.

462 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 7,0 F 22,0 K 15,0 C 305.

462 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 7,5 F 22,0 K 17,5 C 315.

463 a. Brötchen mit Edamerkäse.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter bestrichen und mit 30 g Edamerkäse belegt.

E 17,5 F 24,0 K 2,0 C 315.

463 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 9,0 F 24,0 K 15,5 C 330.

463 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 9,5 F 24,0 K 18,0 C 340.

464 a. Kressebrötchen.

5 g feingewiegte Kresse werden mit 15 g Butter und 10 g Zitronensaft recht glatt gerührt, auf ein halbiertes Unibrot gestrichen und mit einem harten gewiegten Ei garniert.

E 16,5 F 18,0 K 1,5 C 245.

464 b. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 8,5 F 18,0 K 17,5 C 270.

465 a. Brötchen mit Radieschen.

Ein Unibrot wird halbiert, mit 25 g Butter bestrichen und mit 50 g Radieschen, die in feine Scheiben geschnitten und gesalzen sind, belegt.

E 10,5 F 20,5 K 2,5 C 255.

465 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 2,0 F 20,5 K 16,0 C 240.

465 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 2,5 F 20,5 K 18,5 C 250.

466 a. Brötchen mit saurer Gurke.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 10 g Butter bestrichen und mit 30 g sauren oder Salzgurkenscheiben belegt.

E 10,0 F 12,0 K 1,5 C 170.

466 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 1,5 F 12,0 K 15,0 C 185.

466 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 2,0 F 12,0 K 17,5 C 195.

467 a. Tomatenbrötchen.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 20 g Butter gestrichen und mit 60 g rohen Tomaten (in feine Scheiben geschnitten) belegt. Man bestreut leicht mit Salz und träufelt Zitronensaft darüber.

E 10,5 F 16,5 K 3,0 C 215.

467 b. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 2,5 F 16,5 K 19,0 C 240.

468 a. Brötchen mit Rettich.

Ein halbiertes Unibrot wird mit 25 g Butter bestrichen und mit 50 g gesalzenen Rettichscheiben belegt.

E 11,0 F 20,5 K 4,5 C 260.

468 b. Dasselbe mit 20 g Schwarzbrot.

E 2,5 F 20,5 K 16,5 C 275.

468 c. Dasselbe mit 30 g Weißbrot.

E 3,0 F 20,5 K 20,0 C 285.

IX. Die Kompotte.

Die Kompotte und ebenso das frische Obst sind durch geringen Eiweiß- und Fettgehalt bei mäßigem Reichtum an Kohlehydraten ausgezeichnet. Die letzteren können durch Abkochen und Spülen um etwa ein Viertel reduziert werden.

Verwendet man nicht völlig ausgereiftes Obst und verzehrt nur die Früchte ohne Saft, so wird die Kohlehydratmenge, natürlich auch der Nährwert, noch erheblich geringer als in den folgenden Rezepten berechnet ist. Da die Früchte im Gegensatz zu den Gemüsen sich nicht so gut als Fettträger eignen, kann dieser Ausfall, da Zuckerzusatz nicht in Frage kommt, nicht ersetzt werden.

Trotzdem sind die Früchte für den Diabetiker als zuträgliches Genußmittel, nebenbei auch zur Regelung des Stuhlganges, sehr zu empfehlen. Erfahrungsgemäß werden auch die Kohlehydrate des Obstes(teilweise Lävulose) besonders gut vertragen. Vielen Diabetikern sind die Kompotte ohne Saccharinzusatz angenehmer im Geschmack.

Statt der folgenden Kompotte können jeweils auch die bei den einzelnen Rezepten als gleichwertig verzeichneten Mengen frischer Früchte gegeben werden.

469. Apfelmus.

80 g Äpfel werden geschält, abgekocht, gespült und in 50 g Wasser recht weich gekocht. Dann streicht man sie durch ein feines Sieb und süßt nach Geschmack mit einer Tablette Saccharin.

E 0,0 F 0,0 K 7,5 C 30.

= 60 g frischen Äpfeln (geschält und ohne Kernhaus).

½ Portion von 40 g Apfelschnitzen:

E 0,0 F 0,0 K 4,0 C 15.

470. Kompott von Apfelschnitzen.

80 g geschälte Äpfel werden in Scheiben geschnitten, abgekocht und in 50 g Wasser gedünstet, dem man ein wenig Zitronenschale und eventuell eine Tablette Saccharin zugesetzt hatte. Man richtet trocken an.

E 0,0 F 0,0 K 7,5 C 30.

= 60 g frischen Äpfeln (geschält und ohne Kernhaus).
½ Portion von 40 g Apfelschnitzen:

E 0,0 F 0,0 K 4,0 C 15.

471. Kompott von Apfelsinen und Äpfeln.

50 g Apfelsinenschnitze (ohne Haut und Schale), sowie 50 g geschälte Apfelschnitze werden mit einer Tablette Saccharin und 40 g Wasser in fest verschlossener Kasserolle einige Minuten gedünstet und ohne Saft angerichtet.

E 0,5 F 0,0 K 11,5 C 50.

472. Birnenkompott.

80 g geschälte Birnen werden halbiert, ohne Kerngehäuse abgekocht, gespült und in 70 g Wasser 30 Minuten gedünstet. (Ohne Saccharin.)

E 0,0 F 0,0 K 7,5 C 30.

= 60 g frischen Birnenschnitzen.

473. Rhabarberkompott.

80 g geschälte Rhabarberstengel werden in kleine Stücke geschnitten, abgekocht, gespült und in 20 g Wasser mit einer Tablette Saccharin 5 Minuten gedünstet.

E 0,0 F 0,0 K 2,0 C 10.

474. Erdbeerkompott.

80 g Erdbeeren werden gebrüht, gespült und mit 30 g Wasser und einer Tablette Saccharin 5 Minuten gedünstet.

E 0,0 F 0,0 K 6,0 C 25.

= 60 g frischen Erdbeeren.

475. Preißelbeerkompott.

100 g Preißelbeeren werden sehr sorgfältig abgebrüht, und ohne Wasser mit einer Tablette Saccharin 25 Minuten gedünstet. Sie müssen mit dem Saft angerichtet werden.

E 0,0 F 0,0 K 6,0 C 25.

½ Portion: E 0,0 F 0,0 K 3,0 C 15.

476. Kompott von Heidelbeeren.

100 g Heidelbeeren werden gebrüht, gespült und mit einer Tablette Saccharin ohne Wasserzusatz 8 Minuten gedünstet.

E 0,5 F 0,0 K 6,0 C 25.

= 80 g frischen Heidelbeeren.

477. Johannisbeerkompott.

80 g entstielte Johannisbeeren werden gebrüht, gespült und in 10 g Wasser mit einer Tablette Saccharin 5 Minuten gedünstet.

E 0,0 F 0,0 K 6,0 C 25.

= 60 g frischen Johannisbeeren.

½ Portion aus 40 g Johannisbeeren:

E 0,0 F 0,0 K 3,0 C 15.

478. Himbeerkompott.

80 g Himbeeren werden gewaschen und in 15 g Wasser und einer Tablette Saccharin 3 Minuten gedünstet.

E 0,5 F 0,0 K 5,0 C 25.

= 80 g frischen Himbeeren.

479. Brombeerenkompott.

80 g Brombeeren werden sorgfältig gebrüht, dann in 20 g Wasser mit einer Tablette Saccharin gedünstet und im Saft angerichtet.

E 0,5 F 0,0 K 4,5 C 20.

= 60 g frischen Brombeeren.

480. Kompott von unreifen Stachelbeeren.

100 g Stachelbeeren werden abgekocht, gespült und in 30 g Wasser mit einer Tablette Saccharin 10 Minuten gedünstet, ohne daß sie zerfallen.

E 0,0 F 0,0 K 2,0 C 10.

481. Aprikosenkompott.

80 g entsteinte Aprikosen werden dünn geschält, abgekocht, gespült und in 50 g Wasser mit einer Tablette Saccharin 5 Minuten gedünstet.

E 0,5 F 0,0 K 5,5 C 25.

= 65 g frischen Aprikosen.

482. Pfirsichkompott.

80 g Pfirsiche ohne Steine werden geschält, gebrüht und in 50 g Wasser mit einer Tablette Saccharin 10 Minuten gedünstet. Man richtet trocken an.

E 0,5 F 0,0 K 6,0 C 25.

= 65 g frischen Pfirsichen.

483. Zwetschgen, gedünstet.

80 g Zwetschgen werden gewaschen und abgekocht, dann in 50 g Wasser mit einer Tablette Saccharin gedünstet und trocken angerichtet.

E 0,5 F 0,0 K 7,0 C 30.

= 60 g frischen Zwetschgen.

½ Portion aus 40 g Zwetschgen:

E 0,0 F 0,0 K 3,5 C 15.

484. Kompott von geschälten Zwetschgen.

100 g Zwetschgen werden abgebrüht und die Haut abgezogen. Dann werden sie nochmals gebrüht und in 60 g Wasser und einer Tablette Saccharin 10 Minuten gedämpft. Man richtet trocken an.

E 0,5 F 0,0 K 9,5 C 40.

485. Reineclaudenkompott.

80 g Reineclauden (mit Steinen) werden abgekocht, gespült und mit 35 g Wasser und einer Tablette Saccharin 10 Minuten gedünstet.

E 0,0 F 0,0 K 8,0 C 35.

= 60 g frischen Reineclauden.

486. Kompott von Mirabellen.

80 g Mirabellen (mit Steinen) werden abgekocht, gespült und mit 30 g Wasser und einer Tablette Saccharin 10 Minuten gedünstet.

E 0,5 F 0,0 K 7,5 C 30.

= 60 g frischen Mirabellen.

487. Kirschenkompott.

80 g Kirschen werden leicht abgebrüht, entsteint und dann mit einer Tablette Saccharin in 10 g Wasser 5 Minuten gedünstet.

E 0,5 F 0,0 K 7,0 C 30.

= 60 g frischen Kirschen.

½ Portion: E 0,0 F 0,0 K 3,5 C 15.

488. Kompott von Sauerkirschen.

80 g Sauerkirschen werden leicht abgebrüht, entsteint und dann mit einer Tablette Saccharin in 10 g Wasser 5 Minuten gedünstet.

E 0,5 F 0,0 K 5,5 C 25.

489. Ananaskompott.

80 g frische Ananas ohne Schale werden in Streifen geschnitten und in 10 g Wasser mit einer Tablette Saccharin gedünstet.

E 0,0 F 0,0 K 9,5 C 40.

X. Gebäcke.

Die Gebäcke sind ein schwieriges Kapitel für den Diabetiker. Die Gebäcke der gewöhnlichen Küche enthalten zum größten Teil Mehl. Nun ist das Aleuronatmehl kein in der Küchentechnik gleichwertiger Ersatz dafür.

Manche Firmen für Diabetikerbedarf bringen allerdings eine Menge Rezepte für Backwaren, die aus dem Diabetikermehl hergestellt werden können. Leider geht es wie beim Brot: Je kohlehydratreicher, desto besser. Dieser Kohlehydratreichtum wird durch Mischung des Diabetikermehls mit gewöhnlichem Mehl erzielt.

Die folgenden Gebäcke enthalten nur Aleuronatmehl, Mandeln, Käse und Eier. Als Kuchenersatz mögen sie da und dort angenehme Abwechslung geben.

Aus technischen Gründen mußten einige in dreifacher Portion ausgeführt werden.

490. Teegebäck.

50 g Aleuronatmehl, 25 g geriebene Mandeln, 20 g Butter, ein Ei und ein Eigelb sowie etwas Salz werden gut durchgearbeitet. Man läßt dann die Masse einige Zeit ruhen, sticht beliebige Formen aus und läßt langsam backen.

(Für 3 Portionen.)

E 53,0 F 53,0 K 9,0 C 1080.

1 Portion: E 17,5 F 17,5 K 3,0 C 360.

491. Biskuit.

Drei Eiweiß werden zu festem Schaum geschlagen, mit zwei Eigelb und wenig Salz gut (¼ Stunde) verrührt, 25 g Aleuronatmehl leicht darunter gemengt und zuletzt Zitronensaft zugefügt. Man bäckt 20 Minuten in gut gebutterter Form.

E 35,0 F 10,0 K 2,5 C 270.

492. Eiweißgebäck.

Drei Eiweiß werden zu festem Schaum geschlagen, mit einer geriebenen Tablette Saccharin, 10 g Kakao und 10 g Aleuronatmehl ¼ Stunde gut verrührt, die Masse in kleinen Kuchen auf Oblaten gesetzt und bei gelinder Hitze gebacken.

E 19,0 F 3,5 K 4,5 C 135.

493. Mandelgebäck.

100 g abgezogene Mandeln werden fein gerieben, mit zwei leicht zu Schaum geschlagenen Eiweiß ¼ Stunde verrührt und nach Belieben mit einer zerpulverten Saccharintablette gesüßt. Man setzt kleine Kuchen auf Oblaten und läßt bei gelinder Hitze backen.

(Für 3 Portionen.)

E 22,0 F 48,0 K 11,5 C 595.

1 Portion: E 7,5 F 16,0 K 4,0 C 200.

494. Salzmandeln.

50 g süße Mandeln werden von der Schale befreit und im Ofenrohr unter öfterem Rütteln auf einem Blech geröstet, währenddem man 5 g feinstes Tafelsalz darüber streut. Das Salz muß ganz aufgenommen werden und die Mandeln gelbbraun erscheinen.

E 7,5 F 24,0 K 5,5 C 280.

495. Käsestangen.

50 g Aleuronatmehl werden mit 50 g Butter, einem Eigelb, 50 g feingeriebenem Schweizerkäse nebst Salz gut durchgeknetet. Dann läßt man den Teig 1 Stunde ruhen, formt Stangen daraus, die leicht mit Butter bestrichen und mit etwas Kümmel bestreut werden, und bäckt sie bei leichter Hitze braun.

3 Portionen: E 55,0 F 59,0 K 5,0 C 850.
1 Portion: E 18,5 F 19,5 K 1,5 C 285.

496. Käsepasteten.

Die Hälfte des Teegebäckteiges (Nr. 490) formt man zu zwei Pasteten, bäckt sie leer, füllt den Hohlraum mit einer gekochten Creme aus einem Eigelb, 20 g Rahm, 5 g Aleuronatmehl, 20 g Schweizerkäse in Würfeln und 10 g Butter. Die Pasteten können kalt oder warm gereicht werden.

E 39,5 F 49,5 K 6,0 C 830.

497. Käse in Sulz.

25 g Roquefortkäse werden mit 25 g Butter verrührt und durch ein feines Sieb getrieben. Man formt Kügelchen daraus, bringt diese in Förmchen, die mit Sulz ausgegossen waren, und übergießt sie mit dem Rest der Sulz, so daß sie gut überdeckt sind und stürzt das Ganze nach dem Erstarren. Man nimmt die Hälfte der Sulz Nr. 237 zu diesem Gericht.

E 8,5 F 27,5 K 2,0 C 305.

498. Englische Krusten.

20 g geriebener Chesterkäse werden mit 10 g Butter und einem Eigelb schaumig gerührt, auf zwei leicht geröstete Weißbrotschnitte zu je 10 g aufgetragen und im Ofen einige Minuten überkrustet.

E 9,0 F 18,0 K 12,5 C 260.

XI. Süßspeisen.

Während das Bedürfnis nach Brot beim Diabetiker im allgemeinen als berechtigt anerkannt werden muß, so daß ein Suchen nach Ersatz gerechtfertigt erscheint, gilt dies nicht in gleichem Maße von dem Wunsch nach Süßigkeiten. Wir stehen auf dem Standpunkt, daß der Hang zu Näschereien durch Selbsterziehung bekämpft werden muß, da er am leichtesten zur Verbotsübertretung führt.

Mit der Anpreisung von Diabetikerschokolade usw. wird meist großer Unfug getrieben.

Die folgenden Rezepte dienen (neben den Kompotts) mehr als erfrischende Nachspeise, denn als Süßigkeiten.

499. Zitronenauflauf.

Zwei Eigelb rührt man mit einer Tablette Saccharin und Salz einige Minuten, gibt 5 g Aleuronatmehl, Zitronensaft und zuletzt den Schnee der Eier dazu. Man bäckt 20 Minuten in einem gebutterten Auflaufförmchen bei schwacher Hitze.

E 16,0 F 11,0 K 1,0 C 170.

(Butter wurde nicht berechnet.)

500. Mondaminflammeri.

30 g Mondamin werden mit 50 g kaltem Wasser verrührt und dann 150 g kochende Diabetikermilch und etwas Salz dazugegeben. Man läßt unter gutem Rühren 10 Minuten lang kochen und gibt zum Schluß eine Tablette Saccharin und ein gut geschlagenes Ei darein und läßt im Sturzförmchen erkalten.

E 9,5 F 12,0 K 21,5 C 240.

501. Weinschaum.

Zwei Eier werden mit 50 g Mosel, einer Tablette Saccharin, Zitronensaft und 5 g Aleuronatmehl auf dem Feuer schnell zu Schaum geschlagen, ohne daß man kochen läßt.

Man richtet im Glase an.

E 17,0 F 11,0 K 1,0 C 180

502. Eiweißbrei.

Zwei Eiweiß werden zu festem Schaum geschlagen, sofort mit 50 g Diabetikermilch, Zitronensaft, 2 g Gelatine (in heißem Wasser gelöst) und einer Tablette Saccharin vermischt und dann noch leicht einige Minuten geschlagen. Der Brei wird in eine Glasschale geschüttet und recht kalt serviert.

E 9,0 F 2,0 K 0,5 C 60.

503. Rahmcreme.

125 g Rahm werden auf offenem Feuer mit einer Tablette Saccharin, etwas Salz und zwei ganzen Eiern zu Schaum geschlagen und sogleich in einem weiten Glase aufgetragen.

E 17,0 F 40,5 K 5,0 C 455.

504. Buttermilchcreme.

100 g ganz frische Buttermilch werden mit 4 g (in heißem Wasser gelöster) Gelatine und einer gepulverten Saccharintablette einige Minuten lang gerührt. Hierzu gibt man Zitronensaft und ein wenig abgeriebene Zitronenschale, streicht alles durch ein feines Sieb in eine Glasschale und läßt erstarren. Als Tunke reicht man 30 g Rahm oder Schlagrahm dazu.

E 8,0 F 7,5 K 5,0 C 120.

505. Sauermilchcreme.

Ebenso.

E 8,0 F 10,0 K 4,5 C 150.

506. Weingelee.

3 g Gelatine werden in 80 g Wasser gelöst, 125 g Mosel und eine halbe Saccharintablette dazu gegeben. Man serviert recht kalt in einer Glasschale.

E 5,5 F 0,0 A 9,5 K 0,5 C 80.

Dazu Schlagrahm.

507. Russische Creme.

100 g Mosel werden mit einem Ei, einem Eigelb, einer Tablette Saccharin und Zitronensaft auf dem Feuer bis zum Kochen

geschlagen. Man läßt halb erstarren, rührt 50 g Schlagrahm darunter und richtet in der Glasschale an.

E 13,0 F 22,0 K 2,5 C 265.

508. Zitronencreme.

Zwei Eigelb werden mit etwas Salz und einer halben Tablette Saccharin schaumig gerührt, dann 30 g Zitronensaft, der Schnee der Eier und 3 g Gelatine (in 80 g heißem Wasser aufgelöst) dazu gegeben und in einer Glasschale recht kalt serviert.

E 15,0 F 11,0 K 0,5 C 160.

509. Rahmspeise mit Kaffee.

125 g Rahm werden mit einer Tablette Saccharin, zwei Eigelb und etwas Salz auf dem Feuer schaumig geschlagen, 30 g Kaffeeextrakt und 6 g gelöste weiße Gelatine dazugegeben. Das Ganze wird durch ein Sieb gegossen und kalt serviert.

E 15,0 F 38,0 K 4,5 C 445.

510. Rahmspeise mit Kakao.

100 g süßer Rahm werden auf dem Feuer mit zwei Eigelben, einer Tablette Saccharin und 5 g Kakaopulver schaumig geschlagen. Dann gibt man 4 g in heißem Wasser aufgelöste Gelatine und den Schnee der Eier dazu und läßt erstarren.

E 20,0 F 36,5 K 7,0 C 430.

511. Rahmspeise mit Äpfeln.

80 g Apfelscheibchen (edle Sorte) werden zu feinem Püree gekocht und 100 g Rahm mit zwei Eigelben, einer Tablette Saccharin und 4 g weiße Gelatine auf dem Feuer schaumig geschlagen. Dann wird der Apfelbrei und der Eierschnee daran getan und nach dem Erstarren angerichtet.

E 16,0 F 11,0 K 10,5 C 205.

Fruchtpürees.

Unter Fruchtpüree oder Fruchtmark sind die roh durch das Sieb gedrückten Früchte zu verstehen. (Pfirsiche, Aprikose, Erdbeeren, Stachelbeeren, Himbeeren.)

512. Rahmspeise mit Ananas.

60 g Rahm werden zu Schaum geschlagen und mit Püree aus 40 g Ananas, Zitronensaft, einer Tablette Saccharin und 5 g Gelatine, die in heißem Wasser gelöst wurden, gehörig vermischt und recht kalt angerichtet.

E 6,5 F 13,5 K 7,0 C 185.

513. Rahmspeise mit Erdbeeren.

40 g fester Schlagrahm werden mit 2 g aufgelöster roter Gelatine, einer Tablette Saccharin und 40 g Erdbeerpüree einige Minuten, bis zum Beginn des Erstarrens, gerührt. Man läßt in der Glasschale völlig festwerden und serviert kalt.

E 3,5 F 9,0 K 5,5 C 120.

514. Rahmspeise mit Pfirsichen.

Wie von Erdbeeren (mit weißer Gelatine).

E 3,5 F 9,0 K 5,5 C 120.

515. Rahmspeise mit Himbeeren.

Wie von Erdbeeren.

E 3,5 F 9,0 K 4,0 C 115.

516. Fruchteis.

125 g fester Schlagrahm vermengt man mit zwei Tabletten Saccharin und läßt ihn in einer Kuppelform gefrieren. Ist er recht fest geworden, dann macht man sorgfältig eine Höhlung, gibt in diese ½ Portion Erdbeerkompott (Nr. 474), deckt sorgfältig zu, läßt noch ½ Stunde gefrieren und richtet gestürzt an.

E 5,0 F 28,5 K 8,0 C 315.

517. Kaffeegefrorenes I.

Man bereitet aus 30 g Kaffee 20 g Kaffeeextrakt und läßt erkalten. Man vermischt den Extrakt mit 125 g festem Schlagrahm und einer Tablette Saccharin und läßt alles gefrieren.

E 5,0 F 28,5 K 5,0 C 305.

518. Kaffeegefrorenes II.

100 g süßer Rahm werden mit zwei Tabletten Saccharin und zwei Eiern auf dem Feuer schaumig geschlagen, dann gibt man 20 g Kaffeeextrakt aus 30 g Kaffee dazu und läßt gefrieren.

E 16,0 F 34,0 K 4,5 C 395.

519. Kakaogefrorenes.

125 g fester Schlagrahm werden mit 1 Tablette Saccharin und 10 g Kakao vermischt, in ein kleines Kuppelförmchen gefüllt und 2—3 Stunden in Eis gesetzt.

E 5,0 F 31,5 K 8,0 C 350.

520. Zitroneneis.

125 g Wasser läßt man mit zwei Tabletten Saccharin aufkochen und dann erkalten. Man gibt 40 g Zitronensaft und den steifen Schnee von zwei Eiweiß dazu und läßt gefrieren.

E 7,0 F 0,0 K 0,5 C 35.

521. Ananaseis.

125 g Wasser läßt man mit zwei Tabletten Saccharin aufkochen und wieder erkalten. Man gibt Zitronensaft, den Schnee von zwei Eiweiß und 40 g geriebene Ananas dazu, mischt und läßt gefrieren.

E 7,0 F 0,0 K 5,0 C 55.

522. Erdbeereis.

100 g fester Schlagrahm werden mit 50 g Erdbeerpüree, Zitronensaft und zwei Tabletten Saccharin vermischt. Man läßt gefrieren.

E 4,0 F 22,5 K 9,0 C 270.

523. Himbeereis.

Wie von Erdbeeren.

E 4,5 F 22,5 K 7,0 C 260.

524. Pfirsicheis.

100 g Schlagsahne werden mit einer Tablette Saccharin (in wenig Wasser aufgelöst), Zitronensaft und 40 g Pfirsichmark versetzt und dann zum Gefrieren in Eis gesetzt.

E 4,0 F 22,5 K 8,0 C 260.

525. Erdbeeren in Schlagrahm.

100 g frische Erdbeeren werden auf Eis gekühlt und in einem Glasschälchen mit 35 g festem Schlagrahm, der mit einer halben Tablette Saccharin (zerstoßen) gesüßt wurde, angerichtet.

E 1,5 F 8,0 K 11,0 C 130.

526. Stachelbeercreme.

Das Mark von 50 g grünen Stachelbeeren löst man in 80 g Wasser, gibt zwei Tabletten Saccharin, Zitronensaft, 30 g Schlagsahne und 5 g weiße Gelatine (die in heißem Wasser gelöst wurden) dazu und richtet recht kalt mit 50 g gekühlter Diabetikermilch an.

E 6,0 F 8,5 K 2,5 C 120.

527. Apfelgrütze.

100 g Äpfel werden in 125 g Wasser und Zitronensaft recht weichgekocht, durch ein feines Sieb gestrichen und 5 g rote Gelatine, die in heißem Wasser gelöst wurden, nebst einer Tablette Saccharin dazu gegeben. Man kühlt recht gut, und richtet gestürzt mit 30 g Schlagrahm an.

E 5,5 F 7,0 K 14,0 C 145.

528. Barkäse.

Das Kompott von 100 g Heidelbeeren (Nr. 476) wird durch ein feines Sieb getrieben, desgleichen 100 g Quark. Dann werden 2 g in 20 g heißem Wasser aufgelöste Gelatine darangegeben, 10 Minuten gerührt und recht kalt angerichtet.

E 37,0 F 5,5 K 6,5 C 255.

529. Bratapfel.

Ein Apfel von 100 g mit der Schale wird ausgehöhlt bis er noch 80 g wiegt und mit 10 g Butter und einer Tablette Saccharin gefüllt. Man läßt ihn in einem Auflaufförmchen im Ofen etwa 10 Minuten rösten.

E 0,5 F 8,0 K 11,0 C 120.

530. Apfelküchle.

Vier Apfelscheiben zu je 10 g, jede rund geschnitten, werden in einen Teig aus einem Ei, 20 g Milch, 40 g Aleuronatmehl,

etwas Salz und ½ Tablette Saccharin gehüllt und in heißem Palmin schnell braun gebacken. Man richtet heiß an.

E 37,5 F 16,0 K 8,0 C 315.

(Berechnet sind 10 g Palmin.)

531. Ananas, gebacken.

40 g Ananas (eine dicke Scheibe wird in vier Teile geschnitten) werden in einen Teig aus zwei Eiern, 10 g Milch und 40 g Aleuronatmehl gehüllt und schnell in heißem Palmin braun gebacken.

E 43,0 F 21,5 K 8,5 C 425.

(Berechnet sind 10 g Palmin.)

532. Kirschen, gebacken.

80 g Kirschen werden mit den Stielen aneinander gebunden, in einen Teig aus 10 g Milch, 40 g Aleuronatmehl und einem Ei getaucht und in heißem Palmin rasch zu brauner Farbe ausgebacken.

E 37,5 F 15,5 K 13,0 C 370.

(Berechnet sind 10 g Palmin.)

533. Äpfel in Gelee.

Eine Portion Weingelee (Nr. 506) wird über 80 g abgekochte und in 50 g Wasser gedünstete Apfelschnitze gegossen.

E 5,5 F 0,0 Alkohol 9,5 K 8,0 C 115.

534. Erdbeeren in Gelee.

50 g frische Erdbeeren werden in ein Glasschüsselchen gelegt und mit Weingelee (Nr. 506) übergossen. Nach dem Erstarren wird angerichtet.

E 5,5 F 0,0 Alkohol 9,5 K 5,5 C 100.

535. Apfelsinen und Äpfel in Gelee.

30 g Apfelschnitze werden gebrüht und mit 50 g Apfelsinenfruchtfleisch in ein Speiseförmchen gelegt. Man übergießt dies mit Weingelee (Nr. 506) von 3 g roter Gelatine, 135 g Mosel und ½ Tablette Saccharin und serviert recht kalt.

E 6,0 F 0,0 Alkohol 9,5 K 8,5 C 115.

Dazu Schlagrahm.

XII. Getränke.

Von Getränken sind dem Diabetiker Wasser, schwarzer Bohnenkaffee [1]), schwarzer Tee und Mineralwasser eventuell mit Saccharinzusatz erlaubt, wenn auch das Trinken nicht übertrieben werden darf. Bei nicht übermäßig gewürzter Kost, Darreichung von Obst und vor allen Dingen bei erreichter Zuckerfreiheit läßt sich die Flüssigkeitsbeschränkung übrigens leicht durchführen.

Die Milch enthält fast 5% Kohlehydrate in Form des Milchzuckers, der allerdings oft sehr gut vertragen wird. Wo keine Boumasche Milch zu haben ist, mag man Rahmverdünnungen (Nr. 536) verwenden. Sauermilch, Kefir und Joghurt enthalten noch 2—3% Milchzucker.

Die Kaffee- und Teeaufgüsse werden erst durch Rahmzusatz nahrhaft. Außerdem kann noch, wie zur Bouillon, Ei oder Eigelb zugefügt werden.

Die alkoholischen Getränke, soweit sie kohlehydratfrei sind (einheimische Weine und Kognak), sind beim schwerkranken Diabetiker von Wert, da sie bei Azidose einen Teil des Fetts durch ihren Alkoholgehalt ersetzen können. Bei leichter Kranken scheint es nicht empfehlenswert, bei einer Stoffwechselstörung, wie es doch der Diabetes ist, ein Stoffwechselgift zu geben, das doch als Ursache der Krankheit allem Anschein nach oft eine Rolle spielt.

536. Diabetikermilch (einfach).

50 g guter fetter Rahm werden mit 250 g Wasser verdünnt.
1 Portion = 300 g.

	E	F	K	C
	2,0	11,5	2,0	120.
100 g:	0,6	3,8	0,6	41.

537. Diabetikermilch II.

200 g recht fetter Rahm werden mit 800 g Wasser gut vermischt und 12 Stunden an einen kalten Ort gestellt. Dann nimmt man den Rahm sorgfältig ab und stellt die Milch zum Trinken da-

[1]) Zichorienkaffee, Malzkaffee und ähnliche Aufgüsse sind als kohlehydratreich nicht hierher gehörig.

durch her, daß man auf 40 g des ausgewaschenen Rahms 125 g Wasser nimmt und eventuell eine Spur Salz zufügt.

1 Portion = 165 g Diabetikermilch.

E 0,3 F 12,0 K 0,5 C 115.

538. Diabetikermilch mit Eigelb.

50 g fetter Rahm werden mit 250 g Wasser verdünnt und ein Eigelb zugegeben.

E 4,5 F 16,5 K 2,0 C 185.

1 Portion = 300 g Diabetikermilch.

539. Kakao.

10 g Kakaopulver werden in 50 g kaltem Wasser aufgelöst und mit 250 g heißem Wasser und einer Tablette Saccharin aufgekocht.

E 1,0 F 3,0 K 3,0 C 45.

540. Kakao mit Ei.

10 g Kakaopulver werden in kaltem Wasser aufgelöst und mit einem Eigelb gut verrührt. Hierzu gibt man 150 g kochendes Wasser und nach Geschmack eine Tablette Saccharin.

E 3,5 F 8,0 K 3,0 C 105.

541. Milchkakao.

5 g Kakaopulver werden in 25 g kaltem Wasser aufgelöst und mit 150 g heißer Diabetikermilch nach Nr. 536 und einer Tablette Saccharin aufgekocht.

E 2,5 F 5,5 K 2,0 C 65.

542. Milchkakao mit Eigelb.

Der Kakao nach Nr. 541 wird mit einem Eigelb verrührt.

E 5,0 F 11,0 K 2,0 C 125.

543. Tee oder Kaffee mit 25 g Rahm.

E 1,0 F 5,5 K 1,0 C 60.

544. Tee oder Kaffee mit 50 g Rahm.

E 2,0 F 11,5 K 2,0 C 120.

545. Tee oder Kaffee mit 20 g Diabetikermilch (nach Nr. 536).

E 0,0 F 1,0 K 0,0 C 10.

546. Tee oder Kaffee mit 150 g Diabetikermilch.

E 1,0 F 5,5 K 1,0 C 60.

547. Zitronenlimonade.

Man verdünnt den Saft einer Zitrone mit 200 g heißem oder kaltem Wasser und gibt eine Tablette Saccharin dazu.

E 0,0 F 0,0 K 3,0 C 10.

548. Bouillon mit Eigelb.

150 g Bouillon werden mit einem Eigelb verrührt.

E 3,5 F 6,0 K 0,0 C 70.

549. Bouillon mit Ei.

150 g Bouillon werden mit einem Ei verrührt.

E 7,0 F 6,5 K 0,5 C 85.

550. Rotwein mit Eigelb.

150 g zuckerfreier Rotwein werden mit einem Eigelb verquirlt.

E 5,5 F 5,0 Alkohol 12,0 K 1,5 C 160.

Konservierung. (Das Einmachen.)

Es ist dringend zu empfehlen, für den Zuckerkranken Gemüse, Pilze und Obst selbst einzumachen und sich nicht auf den Einkauf von Fabrikwaren einzulassen. Die Konservierung für die Diabetesküche ist nicht schwieriger als für den gewöhnlichen Haushalt.

Man verwendet besonders das Wecksche Verfahren, das Einsäuern und das Einsalzen. Nur das Einkochen unter Zuckerzusatz (Konfituren, Marmeladen) ist, wie natürlich, nicht angängig. Von gekauften Konserven kommen nur die getrockneten Gemüse, Pilze und Früchte in Betracht. Analysen derselben finden sich in der zitierten Nahrungsmitteltabelle.

Will man solche Trockenkonserven in einem der vorstehenden Kochrezepte verwenden, so nehme man von getrockneten Gemüsen $^1/_8$, von getrocknetem Obst $^1/_5$ und von getrockneten Pilzen $^1/_9$ der für das betreffende frische Nahrungsmittel jeweils vorgeschriebenen Menge, weiche es über Nacht in viel Wasser ein und verwende es dann wie frisch. Der Kohlehydrat- und Eiweißgehalt ist dann eher etwas geringer, als er für das frische Nahrungsmittel berechnet wurde.

Das Einsäuern von Kraut, das Einmachen von Gurken (mit oder ohne Senf), roten Rüben und Schnittbohnen in Essig, ebenso wie das Einsalzen von Gurken und Bohnen, wird wie in der gewöhnlichen Küche ausgeführt. Werden die genannten Gemüse trocken ausgehoben, so ist der Nährstoffgehalt etwas geringer als beim gleichen Gewicht der frischen Nahrungsmittel.

Das Einkochen von Mus erhöht durch Vermehrung der Konzentration den Nährstoffgehalt sehr bedeutend. Will man Gebrauch von dieser Methode machen, so ist es notwendig, die verwendeten

Rohmaterialien genau zu wiegen, nach der Tabelle berechnen und nach Beendigung des Einkochens wieder zu wiegen.

Zeigt sich z. B., daß aus 5 kg Tomaten 1 kg Tomatenmark durch Einkochen gewonnen wurde, so enthalten 100 g des Markes das Fünffache von 100 g frischen Tomaten. Notiert man dies auf den Einmachtöpfen, so läßt sich jedesmal der Nährstoffgehalt und Nährwert einer beliebigen Portion aus der Nahrungsmitteltabelle berechnen. Da natürlich ganz ohne Zuckerzusatz eingekocht werden muß, empfiehlt es sich, das Mus im Weckschen Apparat zu sterilisieren.

Besonders wichtig für den Diabetiker ist Tomatenmark, Preißelbeer-, Heidelbeer-, Johannisbeer-, Zwetschgen-, Aprikosen-, Erbeer- und Himbeermus, von denen die letzteren, außer zur Bereitung von allerhand Süßspeisen, auch mit Saccharinzusatz als Marmeladen Verwendung finden können. Für letzteren Zweck empfiehlt sich ein Gelatinezusatz (5 g pro Liter). Man verfährt demnach wie folgt:

Um Früchtemark für Eis und Marmeladen herzustellen, gibt man die abgewogenen Früchte (z. B. Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren), nachdem sie gut gespült waren, durch die Passiermaschine (feines Sieb) und kocht das Püree unter fortwährendem Rühren im Einmachkessel 20 Minuten. Darauf wird es bis zum Erkalten weiter gerührt, die ganze Menge wieder gewogen, in die Weckgläser gefüllt und 60 Minuten bei 80° sterilisiert.

Apfel-, Aprikosen- und Pfirsichmark wird ebenso hergestellt, nur werden die geschälten Früchte vor dem Durchtreiben recht weich gekocht.

Zwetschgen werden abgekocht, entsteint und durch die Hackmaschine getrieben. Man kocht sie im Einmachkessel unter stundenlangem, fleißigem Rühren recht fest ein und sterilisiere wie oben angegeben, in Weckgläsern.

Heidelbeeren werden gut gebrüht, dann läßt man sie im Einmachekessel einigemal aufkochen, füllt sie in die Gläser und sterilisiert sie bei 80° 40 Minuten.

Preißelbeeren werden vorher abgekocht, dann läßt man sie im Einmachkessel ½ Stunde lang kochen, gibt sie in die Gläser und sterilisiert sie wie Heidelbeeren.

Tomatenpüree wird bereitet, indem man die Früchte zerbrüht, im Einmachkessel ohne Wasserzusatz langsam erhitzt und gut zerkochen läßt. Dann werden sie auf ein Sieb geschüttet, auf dem man sie gut ablaufen läßt. Dann werden sie durch die Passiermaschine getrieben, ohne daß Kerne durchfallen dürfen und kocht das Püree nochmals ½—¾ Stunden unter fleißigem Rühren ein, gibt etwas Salz dazu, füllt alles in Gläser und sterilisiert 20 Minuten.

Wecksches Verfahren

Dem schon mehrfach erwähnten Weckapparat (Weck in Öflingen-Baden) ist eine ausführliche Beschreibung beigegeben. Während das Einsäuern und Einsalzen die Fäulniserreger und Schimmelpilze abhält, werden beim Einwecken dieselben abgetötet und durch luftdichten Abschluß ferngehalten. Daraus folgt, daß angebrochene Weckgläser sich nicht halten. Wenn man daher nur *einen* Zuckerkranken zu verköstigen hat, empfiehlt es sich, alles nur in kleinen Gläsern (für eine Einzelportion genügen ¼ Liter haltende Gläser) einzumachen. Die ohne Zusätze (naturell) eingemachten Nahrungsmittel enthalten, wenn der Saft abgegossen wird, etwas weniger Nährstoffe als das gleiche Gewicht frischer Gemüse und Früchte. Die im Weckapparat sterilisierten Nahrungsmittel können daher überall in gleichen Mengen wie die frischen zur Verwendung kommen.

Bruchspargel, Erbsen, Gelbrüben und die übrigen Gemüse werden nach dem Abkochen in Gläser gefüllt, mit schwachem Salzwasser übergossen und 60 Minuten sterilisiert.

Stangenspargeln werden ebenso behandelt, man muß aber die eigens dafür angefertigten hohen ½ Liter-Gläser nehmen.

Spinat wird am besten vollkommen tischfertig gekocht, wenn man vom Einwecken Gebrauch machen will, desgleichen Rot- und Sauerkraut.

Tomaten in ganzen Früchten werden wie Stangenspargel eingelegt, doch genügen zum Sterilisieren 35 Minuten.

Pilze werden wie Gemüse gut geputzt, abgekocht, in Gläser geordnet und in ganz leichtem Salzwasser 60 Minuten sterilisiert.

Man kann Steinpilze, Pfifferlinge und Champignons auch nach dem Abkochen mit einer aufgekochten Mischung von zwei Teilen Wasser, einem Teil Essig und etwas Salz übergießen und 50 Minuten sterilisieren. Ebenso können auch Bohnen und Tomaten eingeweckt werden.

Für das Einmachen von Früchten ist das Wecksche Sterilisierverfahren ebenso wichtig wie für Gemüse.

Kirschen, Johannisbeeren, Erdbeeren, Himbeeren und Brombeeren werden gut gespült in die Gläser gelegt, mit abgekochtem Leitungswasser übergossen und 35—40 Minuten bei 80° sterilisiert. Äpfel und Birnen (geschält und entkernt) werden vor dem Einlegen abgekocht und gespült. Zwetschgen können mit oder ohne Steine eingeweckt werden.

Pfirsiche und Aprikosen werden geschält, halbiert und leicht gebrüht, ehe sie in die Gläser kommen. Im übrigen wird stets wie oben verfahren.

Will man Weckgläser längere Zeit aufbewahren, so ist es empfehlenswert, nach Ablauf von 4 Wochen nochmals 30 bis 40 Minuten nachzusterilisieren. Öftere Kontrolle, ob die Deckel sicher fest schließen, ist ebenfalls notwendig.

Tabelle.

Die Gerichte Nr. 1—550 nach steigendem Kohlehydratgehalt geordnet.

Suppen:

	E	F	K	C
Bouillon aus Ochsenfleisch (1)	1,0	1,0	0,0	10
Bouillon mit Ochsenmark (3)	1,0	13,5	0,0	130
Bouillon von Maggi mit Eigelb (2) .	3,5	5,0	0,0	65
Bouillon mit Ei (4)	7,0	6,5	0,5	85
Fleischbrühe mit Eierstich (6)	7,0	7,5	0,5	100
Einlaufsuppe (5)	7,5	7,0	0,5	90
Krebssuppe (19)	9,5	25,0	0,5	275
Kalbshirnsuppe (11)	10,0	15,5	1,0	195
Kalbsmilchsuppe (12)	21,0	11,0	1,0	205
Sauerampfersuppe (22)	4,5	26,5	1,5	275
Blumenkohlsuppe (26)	5,5	14,0	1,5	160
Fischsuppe (18)	18,5	27,0	1,5	310
Salatsuppe (24)	5,0	26,5	2,0	280
Endiviensuppe (25)	5,0	26,5	2,0	280
Zwiebelsuppe (28)	5,0	27,0	2,0	285
Aleuronatmehlsuppe II (46)	20,5	1,5	2,0	115
Aleuronatmehlsuppe I (45)	21,5	21,0	2,0	310
Fleischbrühe mit Aleuronatklößchen (7)	23,0	22,5	2,0	325
Spinatsuppe (21)	6,0	26,5	2,5	290
Ochsenschwanzsuppe (9)	9,0	25,5	2,5	285
Käsesuppe (44)	13,5	35,5	2,5	410
Gebrannte Suppe (47)	25,5	22,0	2,5	330
Suppe mit Ochsenfleisch (8)	31,0	4,0	2,5	195

	E	F	K	C
Taubensuppe (16)	33,5	1,5	2,5	185
Champignonsuppe (40)	21,0	27,0	3,0	365
Wildsuppe (13)	22,0	29,5	3,0	390
Hühnersuppe (15)	24,0	1,5	3,0	145
Geflügelsuppe (14)	27,0	27,5	3,0	395
Suppe mit Kalbfleisch (10)	35,5	1,5	3,0	195
Fasanensuppe (17)	43,5	30,5	3,0	500
Gemüsesuppe (35)	2,5	1,5	3,5	35
Roterübensuppe (30)	3,0	7,5	3,5	95
Spargelsuppe (20)	16,0	26,0	3,5	325
Kerbelsuppe (23)	23,5	27,5	3,5	380
Selleriesuppe (31)	5,0	27,0	4,0	290
Pfifferlingsuppe (42)	20,5	26,0	4,0	380
Tomatensuppe (27)	16,0	14,0	4,5	180
Morchelsuppe (43)	21,0	27,0	4,5	380
Steinpilzsuppe (41)	8,0	26,5	5,0	320
Gelbrübensuppe (29)	14,5	12,5	7,0	215
Schwarzwurzelsuppe (32)	13,0	28,0	7,0	355
Himbeersuppe (55)	13,5	0,0	7,5	95
Apfelsuppe (51)	8,5	0,0	8,5	75
Zwetschgensuppe (53)	13,0	0,0	8,5	95
Stachyssuppe (39)	20,5	26,5	8,5	380
Kirschsuppe (52)	13,5	0,0	9,5	100
Topinambursuppe (38)	20,5	27,0	9,5	385
Suppe von grünen Erbsen (33) . . .	8,5	8,5	11,0	165
Erdbeersuppe (54)	14,0	0,0	11,5	105
Haferflockensuppe (49)	2,0	17,0	12,5	270
Hafermehlsuppe (48)	2,0	13,0	13,0	180
Kartoffelsuppe I (36)	6,0	19,0	13,0	260
Suppe von grünen Erbsen mit Aleuronatklößchen	30,5	29,5	13,0	475
Reissuppe (50)	3,0	1,5	15,0	85
Kartoffelsuppe II (37)	15,5	10,0	16,0	230

Fleisch:

	E	F	K	C
Gebratener Speck (99)	8,5	69,0	0,0	685
Gekochter Speck (98)	13,0	104,0	0,0	1030

	E	F	K	C
Gekochter Schinken (94)	23,5	24,5	0,0	345
Gekochter Schinken (95)	24,5	8,5	0,0	190
Gebratenes Kalbfleisch (67)	25,0	6,0	0,0	170
Gebratenes Hammelfleisch (81) (Hammelbraten)	25,0	6,5	0,0	175
Gebratenes Rindfleisch (60) (Rinderbraten)	25,0	8,0	0,0	190
Rehbraten (101)	25,5	6,0	0,0	190
Gekochtes Kalbfleisch (65)	26,0	1,0	0,0	115
Hasenbraten (105)	28,5	5,5	0,0	185
Gekochtes Schweinefleisch (84)	28,5	7,0	0,0	180
Kalbsteak (68)	28,5	17,5	0,0	300
Kalbskotelette (71)	28,5	17,5	0,0	300
Gekochtes Ochsenfleisch (56)	29,0	6,5	0,0	195
Rehkotelette (103)	29,0	11,0	0,0	245
Gebratenes Schweinefleisch (87) (Schweinebraten)	29,0	10,5	0,0	225
Schweinsfilet, geröstet (88)	29,5	21,0	0,0	340
Schweinskotelette (89)	29,5	21,0	0,0	340
Gekochtes Hammelfleisch (77)	31,0	4,5	0,0	170
Hammelkotelette (83)	33,5	23,0	0,0	375
Roſtbeef (62)	36,0	21,0	0,0	370
Kalbfleisch, gekocht (66)	38,0	1,5	0,0	200
Ochsenfleisch, gekocht (57)	53,5	17,5	0,0	400
Hammelkeule (82)	33,0	27,0	0,5	415
Lendenbeefsteak (61)	36,0	21,0	0,5	370
Kalbsschnitzel, paniert (69)	36,5	28,5	0,5	445
Sauerbraten (64)	42,0	35,5	0,5	495
Rahmschnitzel (70)	34,0	16,5	1,0	360
Kalbskopf, gebacken (76)	36,5	21,5	1,0	380
Rahmschnitzel von Hirschfleisch (104)	37,5	30,5	1,5	465
Hammelfleisch mit Gurkentunke (78)	43,0	33,0	1,5	520
Hasenschlegel, gebraten (106)	45,0	46,0	1,5	645
Hasenrücken, gebraten (107)	45,0	46,0	1,5	645
Schweinskotelette, paniert (90)	45,0	35,5	1,5	550
Roulade von Kalbfleisch (72)	31,0	34,5	2,0	485
Roulade von Ochsenfleisch (63)	39,5	49,0	2,0	660

	E	F	K	C
Speck und Zwiebel (100)	4,5	34,5	2,5	355
Schinken mit Burgundertunke (96) . .	41,5	41,0	3,0	595
Gebackener Schinken (97)	49,5	7,5	3,0	315
Kalbsbrust (73)	50,0	13,5	3,0	375
Kalbskopf, gedämpft (75)	55,0	23,0	3,0	495
Rehfilet, gedünstet (102)	31,5	18,0	3,5	330
Hammelfleisch mit gelben Rüben (79) .	28,5	10,0	4,5	255
Schweinefleisch mit gelben Rüben (86)	36,0	11,0	4,5	280
Ochsenfleisch mit gelben Rüben (59) .	36,5	5,0	4,5	235
Pökelfleisch mit Kohlrüben (93)	44,5	16,0	4,5	390
Pökelfleisch mit Sauerkraut (92) . . .	46,0	36,0	4,5	560
Kalbshaxe, gedämpft (74)	51,0	36,0	5,5	605
Hammelfleisch mit Weißkraut (80) . .	32,0	10,0	7,0	270
Schweinefleisch mit Weißkraut (85) . .	37,5	11,0	7,0	305
Ochsenfleisch mit Weißkraut (58) . . .	38,0	5,0	7,0	255
Pökelfleisch mit Weißkraut (91)	41,5	15,0	7,0	360

Geflügel, Fische und Schaltiere.

	E	F	K	C
Grüner Hering, gekocht (142)	8,0	3,5	0,0	75
Schlei, gekocht (166)	9,5	0,0	0,0	50
Rotzunge, gekocht (156)	14,0	0,5	0,0	75
Forelle, gekocht (134)	14,5	1,5	0,0	80
Krebse, gekocht (174)	15,0	0,5	0,0	75
Zander, gekocht (169)	16,0	3,0	0,0	115
Karpfen, gekocht (150)	16,5	1,5	0,0	95
Gekochter Karpfen vom Stück (149) . .	17,0	1,0	0,0	85
Gekochter grüner Hering vom Stück (141)	17,0	2,0	0,0	100
Gekochter Schlei vom Stück (165) . .	17,5	0,5	0,0	85
Schellfisch, gekocht (161)	18,0	0,0	0,0	90
Aal, gekocht (129)	18,0	38,0	0,0	440
Hecht, gekocht (136)	19,0	0,5	0,0	95
Felchen, gekocht (131)	19,0	2,0	0,0	110
Gekochter Hecht vom Stück (135) . . .	21,0	0,5	0,0	105
Gebratener Zander vom Stück (171) .	21,5	3,5	0,0	140
Gekochter Schellfisch vom Stück (160) .	22,0	0,5	0,0	110
Gebratenes Felchen vom Stück (132) .	22,5	3,5	0,0	145
Gebratener Kabeljau vom Stück (147) .	23,0	3,5	0,0	145

	E	F	K	C
Gebratene Taube vom Stück (118) . .	25,5	22,0	0,0	310
Krammetsvögel, gebraten (127)	26,0	26,5	0,0	375
Steinbutt, gekocht (168)	26,5	3,0	0,0	155
Heilbutt, gekocht (140)	26,5	3,0	0,0	155
Hummer, gekocht (175)	27,5	3,5	0,0	85
Gebratenes Huhn vom Stück (fett) (112)	27,5	12,5	0,0	240
Gekochtes Hühnerfleisch vom Stück (108)	29,5	4,5	0,0	180
Gebratenes Huhn vom Stück (mager) (113)	30,0	4,5	0,0	180
Kabeljau, gekocht (146)	31,0	0,5	0,0	155
Gebackener Merlan (154)	32,0	9,5	0,0	235
Lachs, gekocht (152)	41,0	24,5	0,0	430
Hecht, gedünstet (137)	20,0	20,0	0,5	285
Gans, gedünstet (120)	27,0	81,5	0,5	890
Poulardenbrust, gedämpft (110) . . .	30,5	29,5	0,5	400
Ente, gedünstet (121)	31,0	24,0	0,5	385
Huhn, paniert (114)	36,0	29,0	0,5	430
Salzhering, mariniert (145)	12,5	20,0	1,0	250
Matjeshering mit frischer Butter (144)	12,5	26,5	1,0	310
Grüner Hering, gebraten (143)	18,0	21,0	1,0	280
Schlei, gebacken (167)	19,0	22,0	1,0	300
Rotzunge, gebacken (158)	20,0	22,0	1,0	305
Kabeljau, gebacken (148)	20,0	26,0	1,0	340
Felchen, gebacken (133)	23,5	27,5	1,0	370
Aal, gebacken (130)	24,0	54,5	1,0	625
Zander mit Rahm gebraten (173) . .	24,5	41,0	1,0	510
Merlan, gebacken (154)	25,0	26,5	1,0	370
Hamburger Küken, gedämpft (115) . .	26,0	37,0	1,0	455
Zander, gebraten (172)	31,0	26,0	1,0	395
Rotzunge, gedämpft (157)	32,0	30,5	1,0	440
Zander, gedämpft (170)	32,5	26,0	1,0	400
Huhn, gedämpft (109)	33,0	49,5	1,0	605
Schellfisch, gebacken (163)	34,0	22,0	1,0	375
Hecht, gebacken (138)	34,5	17,0	1,0	330
Karpfen, gebacken (151)	37,0	24,5	1,0	405
Hamburger Küken, gebacken (116) . .	38,0	33,5	1,0	580
Fasan, gedünstet (124)	40,5	45,5	1,0	625
Lachsschnitte, gedämpft (153)	41,0	40,0	1,0	575

	E	F	K	C
Fischkotelette (164)	42,0	26,0	1,0	450
Hecht, gespickt mit Rahm (139)	42,5	25,0	1,0	450
Schnepfe, gedünstet (128)	47,0	42,5	1,0	625
Rebhuhn, gedünstet (122)	47,0	50,0	1,0	695
Taube, gedünstet (119)	39,5	38,0	1,5	550
Schellfisch, gedämpft (162)	41,5	42,5	1,5	610
Gerollte Rotzunge (159)	47,5	14,0	1,5	365
Truthahn, paniert (126)	51,0	39,5	1,5	570
Taube, gefüllt (117)	64,0	44,5	1,5	725
Austern, gebacken (177)	12,0	26,5	2,5	315
Austern (176)	5,5	1,0	3,5	50
Fasan mit Sauerkraut (125)	40,5	49,5	4,5	675
Rebhuhn mit Sauerkraut (123)	47,5	59,0	4,5	800
Austern mit Sauerkraut (178)	13,0	36,0	5,0	415
Huhn mit Tomate (111)	58,0	20,5	6,5	475

Fleischgerichte.

	E	F	K	C
Klare Sulz (237)	4,5	0,0	0,0	20
Kalbshirn in Sulz (240)	15,0	18,0	0,0	240
Bratwurst (200)	20,0	12,0	0,0	205
Aufschnitt V (205)	20,5	16,0	0,0	245
Aufschnitt I (201)	21,5	18,0	0,0	270
Aufschnitt VI (206)	22,0	4,5	0,0	140
Aufschnitt VII (207)	23,0	6,5	0,0	165
Aufschnitt III (203)	23,5	19,0	0,0	285
Aufschnitt VIII (208)	24,0	9,5	0,0	200
Aufschnitt II (202)	24,5	19,0	0,0	290
Gekochte Zunge (179)	25,5	14,0	0,0	245
Forelle in Sulz (245)	27,0	2,5	0,0	150
Fleischbrei, roh (225)	27,5	8,5	0,0	210
Gans in Sulz (242)	27,5	65,0	0,0	740
Gebratene Zunge (180)	28,5	16,0	0,0	280
Aal in Sulz (244)	28,5	50,0	0,0	600
Aufschnitt IV (204)	29,5	8,5	0,0	215
Kalbfleisch in Sulz (238)	33,0	1,0	0,0	170
Kalbskotelette in Sulz (239)	33,0	9,5	0,0	245
Huhn in Sulz (241)	33,5	2,0	0,0	180

	E	F	K	C
Ente in Sulz (243)	37,5	4,5	0,0	235
Kalbsbriesbrei (229)	47,0	26,5	0,0	475
Kalbshirnbrei (230)	25,5	35,5	0,5	440
Sardinen in Sulz mit Kaviar (246) .	26,0	12,5	0,5	235
Supreme vom Huhn (216)	34,0	46,5	0,5	595
Deutsches Beefsteak von Kalbfleisch (194)	35,0	23,0	0,5	380
Salmi von Krickente (220)	38,0	34,5	0,5	505
Geflügelsalat (232)	42,0	44,5	0,5	630
Hackbraten ohne Rührei (199)	46,5	42,5	0,5	615
Salmi von Rebhuhn (221)	47,5	32,5	0,5	530
Hackbraten (198)	53,0	56,5	0,5	765
Kalbshirn, gebraten (188)	21,0	32,5	1,0	410
Hummermayonnaise (235)	26,5	29,5	1,0	395
Lungenmus (192)	35,0	21,0	1,0	370
Kalbsherzhaschee (190)	39,0	35,0	1,0	520
Fleischbrei I (226)	40,5	41,0	1,0	570
Salmi von Krammetsvögeln (222) . .	42,0	23,5	1,0	420
Kalbszunge, gebraten (181)	45,5	57,0	1,0	730
Kalbsmilch, gebraten (189)	49,0	21,0	1,0	435
Hühnerfleischbrei (228)	23,0	37,5	1,5	465
Deutsches Beefsteak von Rehfleisch (195)	30,0	28,0	1,5	405
Deutsches Beefsteak von Rindfleisch (193)	30,5	29,0	1,5	415
Fleischsalat (231)	31,5	29,0	1,5	420
Deutsches Beefsteak von Hasenfleisch (196)	41,0	27,5	1,5	455
Kalbsnieren, gedünstet (191)	41,0	18,5	2,5	380
Ochsenfleischragout (209)	46,5	23,5	2,5	440
Fleischbrei II (227)	49,5	26,0	2,5	475
Kalbszungenragout (212)	51,5	44,5	2,5	665
Kalbshirnfrikassee (214)	35,5	38,5	3,0	645
Italienischer Salat (234)	37,0	34,0	3,0	535
Fischfrikassee (223)	48,5	30,5	3,0	525
Taubenfrikassee (218)	60,5	28,0	3,0	570
Krabbensalat (236)	27,5	29,0	3,5	405
Ochsenleber, gebraten (182)	34,5	25,5	3,5	415
Kalbsnieren, gedünstet mit Champignons (191)	42,0	18,5	3,5	390
Entenragout (219)	46,5	20,0	3,5	420

	E	F	K	C
Hühnerfrikassee (217)	52,0	28,0	3,5	525
Kalbfleischfrikassee (210)	53,0	20,5	3,5	455
Hammelfleischragout mit Gurken (215)	57,5	52,0	3,5	775
Austernragout (224)	30,0	23,5	4,0	380
Kalbfleischragout (211)	48,0	41,0	4,0	630
Königsberger Klops (197)	62,0	37,0	4,0	650
Kalbskopfragout (213)	51,0	27,5	5,0	520
Gänseleber, gedämpft (186)	28,0	21,5	5,5	355
Kalbsleber, gedämpft, ohne Champignons (185)	35,0	21,5	6,0	390
Gänseleber, gebraten (187)	34,5	25,5	7,0	440
Kalbsleber, gebraten (183)	34,5	25,5	7,0	440
Kalbsleber, gedämpft, mit Champignons (184)	36,0	21,5	7,0	400
Heringssalat (233)	25,0	38,5	10,0	505

Eierspeisen und Aufläufe.

	E	F	K	C
Ei, gekocht (247)	6,0	5,5	0,5	75
Rührei (258)	12,5	27,5	0,5	300
Setzeier auf Speck (249)	15,5	39,0	0,5	425
Rührei mit Speck (259)	15,5	39,0	0,5	425
Rührei mit Bückling (262)	16,5	29,0	0,5	335
Eiersalat mit Sardine (257)	20,5	23,0	0,5	300
Setzeier mit Schinken (251)	23,0	31,5	0,5	395
Auflauf von Kalbshirn (285)	25,5	39,5	0,5	445
Setzeier (248)	12,5	31,5	1,0	340
Gefüllte Eier (255)	12,5	33,5	1,0	370
Eiersalat (256)	13,0	24,5	1,0	275
Käseauflauf (288)	15,0	13,5	1,0	195
Omelette (267)	16,0	23,5	1,0	285
Rührei mit Käse (263)	18,0	29,0	1,0	350
Omelette mit Lachs (269)	23,0	26,5	1,0	350
Rührei mit Schinken (260)	32,5	49,0	1,0	590
Eierkuchen mit Fleisch (279)	43,5	38,0	1,0	600
Rührei mit Spargel (264)	13,0	27,5	1,5	310
Setzeier auf Speck mit Tomate (250) .	15,0	32,0	1,5	360
Omelette mit Speck (268)	27,0	54,5	1,5	620

	E	F	K	C
Omelette mit Kalbsniere (270)	33,0	40,0	1,5	520
Eier mit Remoulade (254)	34,0	39,5	1,5	485
Käseauflauf (287)	29,5	27,0	2,0	390
Rührei mit Morcheln (266)	14,0	36,0	2,5	390
Omelette mit Spinat (271)	18,0	36,0	2,5	415
Eierkuchen (278)	31,5	28,5	2,5	410
Rührei mit Schinken und Spargel (261)	33,5	49,0	2,5	595
Eierkuchen mit Speck (280)	34,0	49,0	2,5	605
Fleischauflauf (286)	67,5	50,5	2,5	770
Setzeier mit Bratwurst (253)	22,5	37,5	3,0	455
Setzeier in Sulz (253)	24,5	45,5	3,0	530
Sauerkrautauflauf (290)	25,5	38,5	3,0	475
Omelette mit Johannisbeeren (276) . .	16,0	23,5	4,0	295
Omelette mit Preißelbeeren (275) . .	16,0	23,5	4,0	295
Omelette mit Morcheln (273)	18,0	36,0	4,0	420
Omelette mit Champignons (272) . .	19,5	31,5	4,0	390
Spargelauflauf (291)	35,5	27,5	4,0	430
Fleischauflauf mit Käse (289)	62,5	51,5	4,0	790
Omelette mit Kirschenkompott (277) .	16,0	23,5	4,5	300
Omelette mit Apfelmus (274)	16,0	23,5	5,0	300
Spinatauflauf (292)	16,5	28,0	5,5	350
Eierkuchen mit Preißelbeeren (283) . .	31,5	28,5	5,5	425
Eierkuchen mit Johannisbeeren (284) .	31,5	28,5	5,5	425
Eierkuchen mit Äpfeln (281)	31,5	28,5	6,5	435
Rührei mit Spinat und Käse (265) . .	24,0	48,0	7,5	580
Eierkuchen mit Zwetschgen (282) . . .	32,0	28,5	8,5	435
Gemüseauflauf (ohne Gelbrüben) (294 b)	44,5	28,0	8,5	395
Blumenkohlauflauf (293)	38,5	36,0	9,0	540
Gemüseauflauf mit Gelbrüben (294 a) .	44,5	28,0	9,5	395
Wirsingauflauf (298)	30,0	10,0	10,0	270
Auflauf von Hafermehl mit Spargeln (297)	15,0	24,0	14,0	335
Auflauf von Hering und Kartoffeln (295)	25,5	27,0	17,5	430
Auflauf von Kartoffeln und Schinken (296)	32,0	24,5	17,5	440

	E	F	K	C
Gemüse und Pilze; Kartoffeln und Mehlspeisen.				
Morcheln, frisch (358)	1,0	16,5	1,5	165
Morcheln, konserviert (359)	1,0	16,5	1,5	165
Stangenspargel (Konserve) (300) . . .	1,5	0,0	2,0	15
Tomate, mit Fleisch gefüllt (336) . . .	9,0	21,5	2,0	250
Gelbrübenpüree (347)	0,5	12,5	2,5	130
Pfifferlingmus (362)	2,0	16,5	3,0	175
Stangenspargel, frisch (299)	2,5	0,0	3,0	25
Grüne Bohnen (Konserve) (326) . . .	1,0	16,0	3,5	155
Radieschen, gedünstet (339)	1,0	12,5	3,5	130
Grüne Bohnen (Konserve) (325) . . .	1,5	1,0	3,5	25
Kopfsalat, gedämpft (303)	2,5	21,0	3,5	225
Grüne Bohnen (konserviert) mit Speck (328)	8,0	55,0	3,5	570
Kohlrübengemüse (343)	1,0	12,5	4,0	140
Tomaten (335)	1,0	16,5	4,0	175
Endivienpüree II (306)	3,0	21,0	4,0	225
Kohlrüben mit Speck (344)	7,5	55,5	4,0	565
Gelbe Rüben mit Spargel (349) . . .	8,5	16,5	4,0	210
Champignons, konserviert (355)	14,0	24,0	4,0	300
Schmorgurke mit Speck (337)	14,5	14,0	4,0	215
Sauerkraut (318)	2,0	29,0	4,5	295
Spinat mit Speck (302)	8,5	35,5	4,5	385
Pfifferlinge, konserviert (361)	10,0	44,0	4,5	470
Schmorgurken mit Butter (338) . . .	16,5	24,5	4,5	315
Rosenkohl (314)	3,5	0,5	5,0	40
Endivienpüree I (305)	6,5	37,0	5,0	395
Sauerampfer (308)	7,0	35,0	5,0	380
Champignons, frisch (354)	9,0	21,0	5,0	255
Kohlrüben, geschmort (345)	19,0	25,0	5,0	345
Roterübengemüse (341)	1,0	12,5	5,5	140
Roterübenpüree (342)	1,0	12,5	5,5	140
Gelbrüben (346)	1,0	16,5	5,5	180
Rettichgemüse (340)	1,0	16,5	5,5	190
Prinzeßböhnchen mit Butter (330) . .	2,0	16,5	5,5	185
Sauerampfergemüse (307)	3,5	19,0	5,5	210

	E	F	K	C
Blumenkohl (311)	4,5	0,5	5,5	40
Spinat (301)	5,0	21,5	5,5	240
Pfifferlinge, frisch (360)	10,5	44,0	5,5	475
Steinpilze, konserviert (357)	8,0	16,5	6,0	215
Grüne Bohnen, frisch (324)	2,5	0,0	6,5	40
Wachsbohnen mit Butter (331)	2,5	16,5	6,5	190
Weißkraut (315)	2,5	36,0	6,5	370
Bayrischkraut (319)	3,0	19,0	6,5	215
Weißkraut mit Speck (316)	6,5	35,0	6,5	380
Steinpilze, frisch (356)	22,0	26,5	6,5	425
Kopfsalat, gedämpft, mit Tomatentunke (304)	30,0	18,5	6,5	340
Grüne Erbsen mit Butter (Konserve) (333)	2,5	12,5	7,0	155
Kohlrabi mit Butter (323)	2,5	16,5	7,0	195
Rhabarbergemüse (309)	24,5	21,5	7,0	345
Artischocken, frisch (310)	1,0	0,0	7,5	35
Rotkraut (313)	2,0	38,5	7,5	375
Wirsing mit Speck (321)	8,5	35,5	7,5	400
Grüne Bohnen (frisch) mit Buttermehl (329)	10,5	16,5	7,5	235
Grüne Erbsen (frisch) mit Butter (334)	3,5	28,5	8,0	320
Wirsing (320)	4,0	17,0	8,0	210
Grüne Bohnen (frisch) mit Speck (327)	5,0	12,5	8,5	160
Gelbe Rüben, geschmort (348)	2,0	11,0	9,0	145
Weißkraut mit Buttermehl (317) . . .	20,0	21,0	9,0	330
Wachsbohnen mit Buttermehl (332) . .	20,5	21,0	9,0	330
Schwarzwurzeln mit brauner Butter (351)	0,5	20,5	9,5	235
Kohlrabi mit Buttermehl (332)	18,5	35,5	9,5	460
Kartoffeln, gekocht und entstärkt (364) .	1,0	0,0	10,0	45
Topinambur (372)	1,0	0,1	11,0	55
Topinambur, gedünstet (373)	1,0	4,0	11,0	95
Schwarzwurzeln (350)	16,0	19,0	11,5	305
Sellerie in Bechameltunke (353) . . .	9,5	8,5	12,0	170
Kartoffelpuffer (371)	19,5	34,5	12,5	435
Schwarzwurzeln, gebacken (352) . . .	34,5	15,5	12,5	345
Stachys (374)	1,5	0,1	13,0	60

	E	F	K	C
Topinamburbrei (375)	1,5	10,5	13,0	155
Stachysbrei (376)	2,0	10,5	13,5	160
Bratkartoffeln und Kartoffeln, roh gebraten (365)	1,0	19,0	16,0	250
Pommes frites (366)	1,0	28,5	16,0	335
Grünkohl (312)	6,0	30,0	16,0	380
Kartoffelgemüse (368)	1,5	0,5	17,0	80
Kartoffelbrei (367)	8,0	30,0	17,0	375
Saure Kartoffeln (369)	11,5	21,0	17,5	320
Bechamelkartoffeln (370)	22,5	26,0	19,0	430
Gekochte Kartoffeln (363)	2,0	0,0	20,0	90
Mondaminbrei (378)	3,5	6,5	21,5	165
Reisrand (380)	2,0	0,0	22,5	100
Bouillonreis (379)	3,0	9,5	22,5	190
Haferbrei (377)	4,5	18,0	25,5	290

Salate.

	E	F	K	C
Salat von Salzgurke (390)	0,5	14,5	1,0	140
Endiviensalat mit Speck (387)	2,5	14,0	1,0	145
Kopfsalat mit Speck (384)	2,5	14,0	1,0	145
Spargelsalat (396)	1,0	14,5	1,5	150
Kopfsalat I (381)	1,0	14,5	2,0	150
Gurkensalat I (391)	1,0	14,5	2,0	150
Bohnensalat (Konserve) (394)	1,0	14,5	2,0	150
Endiviensalat I (385)	1,5	14,5	2,0	150
Feldsalat I (388)	1,5	14,5	2,5	155
Kopfsalat II (382)	8,0	24,0	2,5	270
Tomatensalat (399)	0,5	14,5	3,0	155
Blumenkohlsalat I (397)	1,5	15,0	3,0	155
Endiviensalat II (386)	8,5	24,0	3,0	270
Sauerkrautsalat (400)	1,5	15,0	3,5	160
Gurkensalat II (392)	3,0	11,0	3,5	125
Kopfsalat III (383)	3,5	13,0	3,5	155
Feldsalat II (389)	8,5	24,0	3,5	275
Rote Rübensalat (395)	0,5	14,5	4,0	160
Bohnensalat (393)	1,5	14,5	4,0	165
Blumenkohlsalat II (398)	8,5	24,0	4,0	275

	E	F	K	C
Stachyssalat I (405)	1,0	9,5	6,0	120
Gelbrübensalat (401)	0,5	15,0	6,5	165
Stachyssalat II (406)	8,0	24,0	7,0	285
Selleriesalat (403)	8,0	24,0	7,0	285
Artischockensalat (404)	15,0	48,5	9,0	545
Topinambursalat I (407)	1,0	14,5	9,5	180
Schweizersalat (411)	3,5	19,5	10,0	240
Schwarzwurzelsalat (402)	7,5	24,0	10,5	295
Topinambursalat II (408)	14,5	48,0	11,5	555
Kartoffelsalat I (409)	1,5	15,0	21,0	230
Kartoffelsalat II (410)	15,0	48,0	22,0	600

Tunken.

	E	F	K	C
Zerlassene Butter (413)	0,0	24,5	0,0	230
Bratenbrühe (412)	2,5	9,0	0,0	95
Mayonnaise (425)	12,5	28,0	1,0	310
Remouladentunke (433)	12,5	28,0	1,0	310
Diabetikertunke (420 a)	7,0	34,5	1,5	360
Specktunke I (436)	10,5	21,0	1,5	250
Sardellentunke (435)	20,0	17,0	1,5	265
Gemüsetunke (420)	20,0	35,5	1,5	420
Specktunke II (437)	21,0	35,0	1,5	435
Mousselintunke (429)	21,5	36,0	1,5	440
Haselnußtunke (431)	5,0	20,5	2,0	245
Salattunke (434)	13,5	48,0	2,0	510
Kaperntunke (424)	26,0	22,0	2,0	335
Buttermehltunke (417)	18,0	21,0	2,5	295
Gurkentunke (421)	20,5	25,5	2,5	340
Holländische Tunke (422)	26,5	26,0	2,5	375
Walnußtunke (430)	5,0	20,5	3,0	245
Burgundertunke (416)	18,0	16,5	3,0	250
Bearner Tunke (414)	20,5	36,0	3,0	435
Champignontunke (418)	24,0	30,0	3,0	410
Petersilientunke (432)	26,5	22,0	3,0	345
Dilltunke (419)	31,0	26,5	3,0	390
Morcheltunke (428)	23,5	26,0	3,5	365
Käsetunke (423)	42,5	49,5	3,5	685

	E	F	K	C
Meerrettichtunke (427)	1,0	24,5	4,0	250
Bechameltunke (415)	16,5	16,5	4,0	250
Meerrettich, roh, mit Butter (426) . .	5,5	13,0	4,5	165
Tartartunke (438)	13,0	30,5	4,5	355
Zwiebeltunke (440)	22,0	32,0	5,5	425
Tomatentunke (439)	29,0	18,5	6,5	340

Belegte Brötchen.

	E	F	K	C
Unibrot mit Butter (441 a)	10,0	16,0	1,0	205
„ „ Sardellenbutter (442 a) .	14,5	16,5	1,0	230
„ „ Mettwurst (457 a)	15,5	28,0	1,0	340
„ „ Camembert (460 a) . . .	16,5	23,5	1,0	305
„ „ Gänsebrust (454 a)	16,5	25,0	1,0	320
„ „ Lachs (455 a)	17,0	19,5	1,0	270
„ „ gekochtem Schinken (451 a)	17,0	23,5	1,0	310
„ „ Zervelatwurst (456 a) . .	17,0	29,5	1,0	355
„ „ Zunge (453 a)	18,0	20,5	1,0	280
„ „ Braten (448 a)	18,0	18,5	1,0	260
„ „ Salamiwurst (458 a) . . .	18,0	30,0	1,0	375
„ „ Lachsschinken (450 a) . . .	20,5	17,5	1,0	265
„ „ gewiegtem Schinken (452 a)	20,5	17,5	1,0	265
„ „ saurer Gurke (466 a) . . .	10,0	12,0	1,5	170
„ „ Roquefortkäse (461 a) . .	13,5	15,0	1,5	230
„ „ Schweizerkäse (462 a) . .	15,5	22,0	1,5	290
„ „ Kresse (464 a)	16,5	18,0	1,5	245
„ „ Braten und saurer Gurke (449 a)	18,0	18,5	1,5	265
„ „ Kaviar (444 a)	18,5	20,0	1,5	285
„ „ Quark (459 a)	20,5	18,0	1,5	265
„ „ Kieler Sprotten (443 a) .	23,0	29,0	1,5	360
„ „ Fleischsalat (446 a) . . .	28,5	18,5	1,5	305
„ „ rohem Fleisch (447 a) . .	39,0	27,0	1,5	410
„ „ Edamerkäse (463 a) . . .	17,5	24,0	2,0	315
„ „ Eiersalat (445 a)	23,0	24,0	2,0	365
„ „ Radieschen (465 a) . . .	10,5	20,5	2,5	255
„ „ Tomaten (467 a)	10,5	16,5	3,0	215
„ „ Rettich (468 a)	11,0	20,5	4,5	260

	E	F	K	C
Schwarzbrot mit Butter (441 b) . . .	1,5	16,0	14,5	220
„ „ Sardellenbutter (442b)	6,0	17,0	14,5	245
„ „ Mettwurst (457 b) . .	7,0	28,0	14,5	355
„ „ Camembert (460 b) .	8,0	23,5	14,5	320
„ „ Gänsebrust (454 b) . .	8,0	25,0	14,5	335
„ „ Lachs (455 b)	8,5	19,5	14,5	285
„ „ gekochtem Schinken (451 b)	8,5	23,5	14,5	325
„ „ Zervelatwurst (456 b)	8,5	29,5	14,5	370
„ „ Zunge (453 b). . . .	9,5	20,5	14,5	300
„ „ kaltem Braten (448 b)	9,5	18,5	14,5	275
„ „ Salamiwurst (458 b) .	9,5	30,0	14,5	390
„ „ Lachsschinken (450 b) .	12,0	17,5	14,5	280
„ „ gewiegtem Schinken (452 b)	12,0	17,5	14,5	280
„ „ saurer Gurke (466 b) .	1,5	12,0	15,0	185
„ „ Roquefort (461 b) . .	5,0	15,0	15,0	245
„ „ Schweizerkäse (462 b)	7,0	22,0	15,0	305
„ „ Braten und Gurke (449 b)	9,5	18,5	15,0	280
„ „ Quarkkäse (459 b) . .	12,0	18,0	15,0	280
„ „ Kieler Sprotten (443b)	14,0	29,0	15,0	375
„ „ Fleischsalat (446 b) .	20,0	18,5	15,0	320
„ „ rohem Fleisch (447 b) .	31,5	27,0	15,0	425
„ „ Edamer (463 b) . . .	9,0	24,0	15,5	330
„ „ Eiersalat (445 b) . .	14,5	24,0	15,5	380
„ „ Radieschen (465 b) .	2,0	20,5	16,0	240
„ „ Rettich (468 b) . . .	2,5	20,5	16,5	270
Weißbrot mit Butter (441 c)	2,0	16,0	17,0	230
„ „ Sardellenbutter (442 c) .	6,5	17,0	17,0	255
„ „ Mettwurst (457 c) . . .	7,5	28,0	17,0	365
„ „ Camembert (460 c) . . .	8,5	23,5	17,0	330
„ „ Gänsebrust (454 c) . . .	8,5	25,0	17,0	345
„ „ Lachs (455 c)	9,0	19,5	17,0	295
„ „ gekochtem Schinken (451c)	9,0	23,5	17,0	335
„ „ Zervelatwurst (456 c) . .	9,0	29,5	17,0	380
„ „ Zunge (453 c)	10,0	20,5	17,0	310

	E	F	K	C
Weißbrot mit Braten (448 c)	10,0	18,5	17,0	285
„ „ Salamiwurst (458 c) . .	10,0	30,0	17,0	400
„ „ Lachsschinken (450 c) . .	12,5	17,5	17,0	290
„ „ gewiegtem Schinken (452 c)	11,0	17,5	17,0	290
„ „ saurer Gurke (466 c) . .	2,0	12,0	17,5	195
„ „ Roquefort (461 c) . . .	5,5	15,0	17,5	255
„ „ Schweizerkäse (462 c) . .	7,5	22,0	17,5	315
„ „ Kresse (464 c)	8,5	18,0	17,5	270
„ „ Braten und Gurke (449 c)	10,0	18,5	17,5	290
„ „ Kaviar (444 c)	11,5	20,0	17,5	310
„ „ Quark (459 c)	12,5	18,0	17,5	290
„ „ Kieler Sprotten (443 c)	15,0	29,0	17,5	385
„ „ Fleischsalat (446 c) . . .	20,5	18,5	17,5	330
„ „ rohem Fleisch (447 c) . .	31,0	27,0	17,5	435
„ „ Edamerkäse (463 c) . . .	9,5	24,0	18,0	340
„ „ Eiersalat (445 c)	15,0	24,0	18,0	390
„ „ Radieschen (465 c) . . .	2,5	20,5	18,5	250
„ „ Tomaten (467 c)	2,5	16,5	19,0	240
„ „ Rettich (468 c)	3,0	20,5	20,0	285

Kompotte.

Rhabarber (473)	0,0	0,0	2,0	10
Stachelbeeren (480)	0,0	0,0	2,0	10
Brombeeren (479)	0,5	0,0	4,5	20
Himbeeren (478)	0,5	0,0	5,0	25
Sauerkirschen (488)	0,5	0,0	5,5	25
Aprikosen (481)	0,5	0,0	5,5	25
Preißelbeeren (475)	0,0	0,0	6,0	25
Erdbeeren (474)	0,0	0,0	6,0	25
Johannisbeeren (477)	0,0	0,0	6,0	25
Pfirsiche (482)	0,5	0,0	6,0	25
Heidelbeeren (476)	0,5	0,0	6,0	25
Süße Kirschen (487)	0,5	0,0	7,0	30
Zwetschgen (483)	0,5	0,0	7,0	30
Äpfel (469 und 470)	0,0	0,0	7,5	30

	E	F	K	C
Birnen (472)	0,0	0,0	7,5	30
Mirabellen (486)	0,5	0,0	7,5	30
Reineclauden (485)	0,0	0,0	8,0	35
Ananas (489)	0,0	0,0	9,5	40
Zwetschgen, geschälte (484)	0,5	0,0	9,5	40
Apfelsinen und Äpfel (471)	0,5	0,0	11,5	50

Gebäcke und Käsegerichte.

	E	F	K	C
Käsestangen (495)	18,5	19,5	1,5	285
Käse in Sulz (497)	8,5	27,5	2,0	305
Biskuit (491)	35,0	10,0	2,5	270
Teegebäck (490)	17,5	17,5	3,0	360
Mandelgebäck (493)	7,5	16,0	4,0	200
Eiweißgebäck (492)	19,0	3,5	4,5	135
Salzmandeln (494)	7,5	24,0	5,5	280
Käsepasteten (496)	39,5	49,5	6,0	830
Englische Krusten (498)	9,0	18,0	12,5	260

Süßspeisen.

	E	F	K	C
Weingelee[1]) (506)	5,5	0,0	0,5	80
Zitroneneis (520)	7,0	0,0	0,5	35
Eiweißbrei (502)	9,0	2,0	0,5	60
Zitronencreme (508)	15,0	11,0	0,5	160
Zitronenauflauf (499)	16,0	11,0	1,0	170
Weinschaum (501)	17,0	11,0	1,0	180
Rahmspeise mit Stachelbeeren (526)	6,0	8,5	2,5	120
Russische Creme (507)	13,0	22,0	2,5	265
Rahmspeise mit Himbeeren (515)	3,5	9,0	4,0	115
Sauermilchcreme (505)	8,0	10,0	4,5	150
Rahmspeise mit Kaffee (509)	15,0	38,0	4,5	445
Kaffeegefrorenes II (518)	16,0	34,0	4,5	395
Kaffeegefrorenes I (517)	5,0	28,5	5,0	305
Ananaseis (521)	7,0	0,0	5,0	55
Buttermilchcreme (507)	8,0	7,5	5,0	120

[1]) 9,0 Alkohol.

	E	F	K	C
Rahmcreme (503)	17,0	40,5	5,0	455
Rahmspeise von Erdbeeren (513) . . .	3,5	9,0	5,5	120
Rahmspeise mit Pfirsichen (514) . . .	3,5	9,0	5,5	120
Erdbeeren in Gelee [1]) (534)	5,5	0,0	5,5	100
Barkäse (528)	37,0	5,5	6,5	255
Himbeereis (523)	4,5	22,5	7,0	260
Rahmspeise mit Ananas (512)	6,5	13,5	7,0	185
Rahmspeise mit Kakao (510)	20,0	36,5	7,0	430
Pfirsicheis (524)	4,0	22,5	8,0	260
Fruchteis (516)	5,0	28,5	8,0	315
Kakaogefrorenes (519)	5,0	31,5	8,0	350
Äpfel in Sulz [1]) (533)	5,5	0,0	8,0	115
Apfelküchle (530)	37,5	16,0	8,0	315
Äpfel- und Apfelsinen in Gelee [1]) (535)	6,0	0,0	8,5	115
Ananas, gebacken (531)	43,0	21,5	8,5	425
Erdbeereis (522)	4,0	22,5	9,0	270
Rahmspeise mit Äpfeln (511)	16,0	11,0	10,5	205
Bratäpfel (529)	0,5	8,0	11,0	120
Erdbeeren in Schlagsahne (525) . . .	1,5	8,0	11,0	130
Kirschen, gebacken (532)	37,5	15,5	13,0	370
Apfelgrütze (527)	5,5	7,0	14,0	145
Mondaminflammeri (500)	9,5	12,0	21,5	240

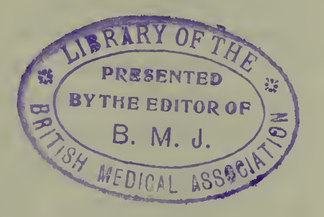
Getränke.

	E	F	K	C
Tee oder Kaffee mit 20 g Diabetikermilch (545)	0,0	1,0	0,0	10
Bouillon mit Eigelb (548)	3,5	6,0	0,0	70
Diabetikermilch II (537)	0,5	12,0	0,5	115
Bouillon mit Ei (549)	7,0	6,5	0,5	85
Tee oder Kaffee mit 150 g Diabetikermilch (546)	1,0	5,0	1,0	60
Tee oder Kaffee mit 25 g Rahm (543) .	1,0	5,5	1,0	60
Rotwein mit Eigelb [2]) (550)	5,5	5,0	1,5	160
Diabetikermilch I (536)	2,0	11,5	2,0	120

[1]) 9,5 Alkohol.

[2]) 12,0 Alkohol.

	E	F	K	C
Tee oder Kaffee mit 50 g Rahm (544) .	2,0	11,5	2,0	120
Kakao mit Milch (541)	2,5	5,5	2,0	65
Diabetikermilch mit Eigelb (538) . . .	4,5	16,5	2,0	185
Milchkakao mit Eigelb (542)	5,0	11,0	2,0	125
Zitronenlimonade (547)	0,0	0,0	3,0	10
Kakao (539)	1,0	3,0	3,0	45
Kakao mit Eigelb (540)	3,5	8,0	3,0	105



Bemerkungen zu den Kostverordnungen.

Die folgenden ca. 500 Kostverordnungen umfassen je einen ganzen Tag. Ohne ausdrückliche ärztliche Erlaubnis dürfen nur nährstofffreie Getränke, wie Mineralwasser, schwarzer Kaffee, schwarzer Tee u. dgl. dazu genossen werden; sonst sind die Kostverordnungen genau einzuhalten [1]). Die eingeklammerten Nummern hinter den Gerichten verweisen auf die Kochvorschriften, die natürlich ebenfalls so genau wie möglich befolgt werden müssen. Die Zahlen in der ersten Rubrik geben den Nährstoffgehalt des ganzen betreffenden Menüs an. (E = Eiweiß, F = Fett, K = Kohlehydrate und C = Kalorien.) Wie man sieht, sind die Menüs nach aufsteigenden Kohlehydrat- und Eiweißmengen geordnet. Oben auf jeder Seite befindet sich ein Hinweis auf den Kohlehydratgehalt der auf der betreffenden Seite vorhandenen Kostverordnungen.

Die Berechnung ergab sich durch Summierung des Nährstoffgehaltes der Einzelgerichte, wie folgendes Beispiel zeigt:

1. Frühstück:	E	F	K	C
Kaffee + 25 g Rahm	1,0	5,5	1,0	60
20 g Schweizerkäse	5,5	6,0	0,0	85
20 g Butter	0,0	16,0	0,0	150
2. Frühstück:				
Bouillon (1)	1,0	1,0	0,0	10
Spinat mit Speck (302)	8,5	35,5	4,5	385

---

[1]) Umstellungen der Gerichte, z. B. bei englischer Tischzeit, sind natürlich erlaubt.

Mittags:				
Zwiebelsuppe (28)	5,0	27,0	2,0	285
Ochsenfleisch (56)	29,0	6,5	0,0	195
Bohnensalat (393)	1,5	14,5	4,0	160
Zitronenauflauf (499)	16,0	11,0	1,0	170
Nachmittags:				
Kaffee + 25 g Rahm	1,0	5,5	1,0	60
1 gekochtes Ei	6,0	5,5	0,5	75
Abends:				
Tee + 25 g Rahm	1,0	5,5	1,0	60
Rührei mit Käse (263)	18,0	29,0	1,0	350
Kopfsalat I (381)	1,0	14,5	2,0	150
	94,0	183,0	18,5	2195
Abgerundet:	95	185	20	2200

In den Kostverordnungen wurden besonders die einfachen Gerichte in herkömmlicher Weise zusammengestellt. Bei der großen Zahl von Menüs werden so für jeden Einzelfall mehrere passende Zusammenstellungen gefunden werden können. Begreiflicherweise liegen die größten Schwierigkeiten bei den strengen Verordnungen, während für den Leichterkranken viel mehr Abwechslung möglich war. Wo Zeit und Mittel es erlauben, dem Gaumen noch mehr zu bieten, kann die Tabelle S. 143 zu Rate gezogen werden. Man verfährt dann in der Weise, daß man von den Zahlen des betreffenden Menüs die Zahlen des zu ändernden Gerichts abzieht und durch die des gewünschten Gerichts ersetzt. Es erübrigt wohl, darauf hinzuweisen, daß auch die strengen Menüs dem Leichterkranken durch Zugaben in einfacher Weise angepaßt werden können. Bei einer Toleranz von 30 g Kohlehydraten lassen sich schon etwas Brot oder Kartoffeln in dieser Weise unterbringen. Selbstverständlich dürfen die vom Arzt ermittelten und verordneten Grenzen der Toleranz nicht überschritten werden.

Die folgenden Bemerkungen sind hauptsächlich für den Arzt bestimmt: Der Kohlehydratgehalt der Kostverordnungen erscheint höher als in anderweitigen Zusammenstellungen. Dies rührt lediglich daher, daß auch der relativ geringe Kohlehydratgehalt

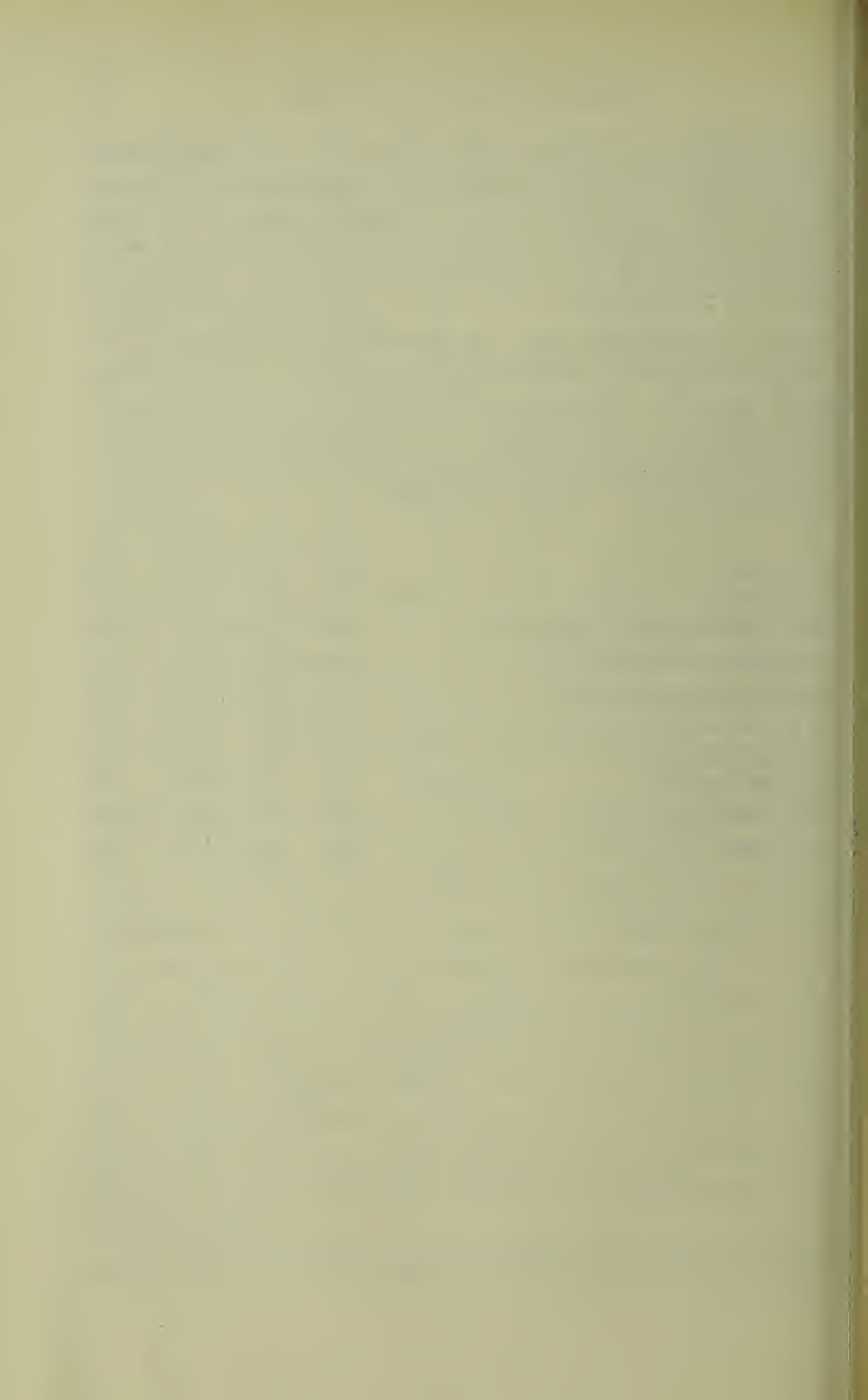
von Eiern, Rahm, Käse, Salat usw. in Rechnung gesetzt wurde, im Gegensatz z. B. zur v. Noordenschen Standarddiät, welche diese Faktoren vernachlässigt. So kommt es, daß der Kohlehydratgehalt der folgenden Menüs um ca. 10—20 g höher erscheint als sonst. Es ist ein Unding, ein genießbares Menü mit dem Kohlehydratgehalt 0 aufstellen zu wollen. Dies verbietet sich schon wegen der Azidosegefahr.

Im Gegensatz zum Kohlehydratgehalt erscheinen die Kalorienzahlen eher etwas niedrig bemessen. Dies hat mehrere Gründe. Zunächst entspricht der Nährwert Reinkalorien, von denen keine Abzüge für Nichtausnützung zu machen sind. Der Nährwert wurde aber auch absichtlich etwas niedrig gewählt, da es leichter ist, Zulagen zu geben als Abstriche zu machen. Wenn der Eiweiß- und Kohlehydratgehalt dabei nicht erheblich vermehrt werden soll, kann besonders von Butter, Speck, Rahm und Eigelb oder auch Alkohol als Beigaben Gebrauch gemacht werden. In Suppen, Getränken, Gemüsen und Tunken können diese leicht untergebracht werden. Der Hauptgrund ist aber der, daß nach vielfältigen Erfahrungen für den Zuckerkranken eine Beschränkung der Gesamtkalorienzufuhr zuträglich und vielfach direkt notwendig ist. Die ganz strengen, fast kohlehydratfreien Verordnungen kommen ohnedies besonders für den bettlägerigen, d. h. weniger Nahrung brauchenden Diabetiker im Krankenhaus in Betracht. Aber auch für den arbeitenden Zuckerkranken ist eine Einschränkung der gesamten Nahrungszufuhr zur Schonung des ganzen Stoffwechsels angebracht, ganz abgesehen von der oft so notwendigen Erziehung zur Mäßigkeit im Essen. Es gelingt in den meisten Fällen, mit 2200 Kalorienzufuhr eine befriedigende Gewichtszunahme zu erzielen, während dies auffallenderweise bei einer Nahrung mit 3000 und mehr Kalorien (trotz Zuckerfreiheit!) nicht besser, sondern oft schlechter gelingt. Vielleicht hängt dies damit zusammen, daß in einem genießbaren Menü die Fettmenge praktisch nicht ohne gleichzeitige Eiweißvermehrung gesteigert werden kann. Die letztere Ursache hätte dann nach den Rubnerschen Untersuchungen über die spezifisch dynamische Wirkung der Eiweißnahrung die bekannten Folgen.

Da nach den neueren Untersuchungen das tägliche Eiweißoptimum nicht bei 120 g, sondern bei ca. 70 g liegt, so ist es sicher

nicht angängig, beim Zuckerkranken täglich 200 g und mehr Eiweiß zu geben, wie dies vielfach geschieht. Es wurden daher im folgenden nur Menüs mit höchstens 130 g Eiweiß aufgenommen. Die vegetarischen Menüs (Gemüsetage) zeichnen sich durch besondere Eiweißbeschränkung aus. Nach eigenen und fremden Erfahrungen führen sie häufig auch da zum Ziel, wo die eiweißreiche Fleisch-Gemüse-Diät im Stich läßt. Die Verordnungen beginnen bei der letzteren mit einem Kohlehydratgehalt von 10 g, einem Eiweißgehalt von 75 g und einem Nährwert von 1900 Kalorien und steigen bis zu 70 g Kohlehydraten, 130 g Eiweiß und 3000 Kalorien. Eine Zusammenstellung kohlehydratreicher Zulagen für Leichterkranke findet sich in folgender Übersicht:

	E	F	K	C
1 Unibrot	10,0	0,0	0,9	53
100 g Milch	3,2	3,5	4,8	67
100 g Apfelschnitze (geschält)	0,3	0,0	12,8	53
50 g gekochte Kartoffeln	1,0	0,0	10,0	45
100 g gekochte Kartoffeln	2,0	0,0	20,0	90
20 g Schwarzbrot	0,9	0,1	9,6	44
50 g Schwarzbrot	2,4	0,3	24,0	110
20 g Weißbrot	1,1	0,1	11,3	51
50 g Weißbrot	2,8	0,2	28,3	127
5 g Zucker	0,0	0,0	4,9	20



Berechnete Kostverordnungen.

Abkürzungen:

f. = fett. gebr. = gebraten.
ged. = gedünstet. zerl. = zerlassen.
gek. = gekocht. Diab. = Diabetiker.
geb. = gebacken.

½ bedeutet ½ Portion, z. B. ½ Grüne Erbsen (334/2).

E = Eiweiß, F = Fett, K = Kohlehydrate, C = Kalorien, A = Alkohol.

Statt Tee kann nach Wunsch Kaffee oder umgekehrt gegeben werden.

Wird zu Käse, Wurst oder Schinken mit Butter Unibrot gereicht, so erhöht sich der Eiweißgehalt um 10 g.

Durch Zulage von Brot, Kartoffeln oder andern kohlehydratreicheren Gerichten zu den kohlehydratarmen Kostverordnungen der folgenden Zusammenstellung lassen sich leicht kohlehydratreichere in beliebiger Auswahl herstellen.

E 85—95 K 10.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 1. E 85 F 195. K 10 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 2. E 85 F 195 K 10 C 2275.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 3. E 85 F 205 K 10 C 2300.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 4. E 90 F 175 K 10 C 2075.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 5. E 90 F 175 K 10 C 2075.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) ½ Aufschnitt V (205/2).
Nr. 6. E 95 F 185 K 10 C 2175.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 20 g Butter	Bouillon m. Eigelb (548) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Nr. 7. E 95 F 185 K 10 C 2175.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch Setzeier (248).	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 8. E 95 F 195 K 10 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548)

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouillon mit Ochsenmark (3) Hecht gedünstet (137) Kaffeecreme (509).	Tee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Rührei m. Speck (259) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Kabeljau geb. (148) Kopfsalat I (381) Setzeier (248).	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bratwurst (200). ½ Sauerkraut (318/2).
Zwiebelsuppe (28) Grüner Hering geb. (143) Kopfsalat I (381) Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) ½ Spinat m. Speck (302/2).
Bouillon (1) Sauerkraut (318) Kalbsbraten (67) Gurkensalat (391).	Kaffee, schwarz 1 gek. Ei.	Zwiebelsuppe (28) Schellfisch (161) + 40 g zerl. Butter ½ Aufschnitt I (201/2).
Zwiebelsuppe (28) Hammelbraten (81) Endiviensalat I (385) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Setzeier (248) ½ Aufschnitt V (205/2) ½ Rotkraut (313/2).
Spinatsuppe (21) Gek. Ochsenfleisch (56) Tomatensalat (399) Setzeier (248).	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205). ½ Sauerkraut (318/2).
Zwiebelsuppe (28) Kalbsteak (68) Gelbrübengemüse (347) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	½ Rosenkohl (314/2) + 20 g zerl. Butter Bratwurst (200).
Einlaufsuppe (5) Roastbeef (62) Gurkensalat I (391) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Matjeshering (144) ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.

E 95—100 K 10.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 9. E 95 F 190 K 10 C 2250.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 10. E 95 F 200 K 10 C 2325.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 11. E 95 F 205 K 10 C 2350.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) ½ Aufschnitt I (201/2).
Nr. 12. E 95 F 210 K 10 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Nr. 13. E 95 F 210 K 10 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Setzeier auf Speck (249).
Nr. 14. E 95 F 215 K 10 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembertkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 50 g f. gek. Schinken.
Nr. 15. E 95 F 220 K 10 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 16. E 100 F 185 K 10 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Rührei m. Speck (259).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Endiviensuppe (25) Schweinebraten (87) Kohlrübengemüse (343) Setzeier (248).	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) ½ Spinat m. Speck (302/2).
Endiviensuppe (25) Kalbsteak (68) Gurkensalat I (391) Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) ½ Wirsing mit Speck (320/2).
Zwiebelsuppe (28) Gek. Schweinefleisch (87) Sauerkraut (318) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Setzeier (248) Aufschnitt I (201) ½ Spinat m. Speck (302/2).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbsbraten (67) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Setzeier auf Speck (249).	Tee + 25 g Rahm 50 g f. gek. Schinken,	Omelette mit Spinat (271) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Rinderbraten (60) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter ½ Kopfsalat I (381/2).	Tee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 20 g Butter.	Rührei m. Speck (259) ½ Gurkensalat I (391/2) 50 g f. gek. Schinken Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Gek. Schweinefleisch (87) Sauerkraut (318) Setzeier auf Speck (249).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 15 g Butter.	Omelette mit Spinat (259) Blumenkohlsalat I (397) Tee + 25 g Rahm.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbsteak (68) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Setzeier auf Speck (249).	Tee + 25 g Rahm 50 g f. gek. Schinken.	Rührei m. Speck (259) Gurkensalat I (391) Tee + 25 g Rahm.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Gek. Ochsenfleisch mit gelben Rüben (59) Setzeier m. Speck (249).	Kaffee + 25 g Rahm.	Bouillon m. Eigelb (548) 50 g f. gek. Schinken Endiviensalat I (385) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.

E 100—105 K 10.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 17. E 100 F 190 K 10 C 2250.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 18. E 100 F 190 K 10 C 2250.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g f. gek. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Setzeier (248) 50 g saure Gurke.
Nr. 19. E 100 F 210 K 10 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 20. E 100 F 240 K 10 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Tee + 25 g Rahm Gefüllte Eier (255).
Nr. 21. E 100 F 240 K 10 C 2700	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Nr. 22. E 105 F 165 K 10 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1). Setzeier (248).
Nr. 23. E 105 F 200 K 10 C 2475.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 24. E 105 F 210 K 10 C 2575.	Kaffee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Bouillon m. Eigelb (548) Setzeier auf Speck (249).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Spinatsuppe (21) Geb. Hecht (138) Kopfsalat I (381) Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g f. gek. Schinken + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2).
Selleriesuppe (31) Schweinefleisch m. Gelbrüben (86) 30 g Camembert + 25 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt I (201) ½ Kohlrüben m. Speck (244/2).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Rahmschnitzel (70) Gurkensalat I (391) Setzeier auf Speck (249).	Tee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Rührei m. Speck (259) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Bouill. m. Ochsenmark (3) + 1 Eigelb Rahmschnitzel (70) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Rührei m. Speck (259) Gurkensalat I (391).
Sauerampfersuppe (22) Schinken (94) Spargel (299) Diabetikertunke (420 a) Omelette (267).	Tee + 25 g Rahm Unibrot mit Sardellenbutter (442 a).	Setzeier m. Speck (249) Feldsalat I (388) Tee + 25 g Rahm.
Eierstichsuppe (6) Gek. Ochsenfleisch (57) Gurkensalat I (391) Rührei mit Bückling (262).	Kakao m. Eigelb (540).	Aufschnitt II (202) Kopfsalat II (382).
Endiviensuppe (25) Setzeier (248) Kalbschnitzel (69) Gurkensalat I (391).	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) ½ Spinat mit Speck (302/2).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbschnitzel (69) Spargel (209) + 30 g zerl. Butter 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Rührei m. Speck (259) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.

K 10—15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 25. E 105 F 225 K 10 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Nr. 26. E 105 F 225 K 10 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) ½ Aufschnitt V (205/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 27. E 110 F 215 K 10 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Rührei m. Speck (259).
Nr. 28. E 110 F 240 K 10 C 2750.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Nr. 29. E 115 F 195 K 10 C 2375.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 30. E 120 F 205 K 10 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 1 gek. Ei + 10 g Butter.
Nr. 31. E 85 F 180 K 15 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548)
Nr. 32. E 90 F 180 K 15 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548)

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Salatsuppe (24) Beefsteak (61) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).	Tee + 25 g Rahm Unibrot mit Sardellenbutter (442 a).	Setzeier m. Speck (249) Gurkensalat I (391) Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Rührei m. Speck (259) Schweinebraten (87) Weißkraut (215).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Setzeier (248) ½ Aufschnitt V (205/2) Kopfsalat gedämpft (303).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Pökelfleisch mit Sauerkraut (92) Setzeier mit Speck (249).	Kaffee + 25 g Rahm	Bouillon m. Eigelb (548) 50 g f. gek. Schinken Endiviensalat I (385) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Sauerampfersuppe (22) Sauerbraten (64) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).	Tee + 25 g Rahm Unibrot mit Sardellenbutter (442 a).	Setzeier m. Speck (249) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Gek. Kalbfleisch (65) Holländische Tunke (422) Setzeier (248) Grüner Salat I (381).	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Gek. Ochsenfleisch (56) Petersilientunke (432) Rührei auf Speck (249).	Tee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Tee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (259) Kopfsalat I (381).
Einlaufsuppe (5) Rinderbraten (60) Kohlrabi (323) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Matjeshering m. Butter (144) ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter Tee + 20 g Rahm.
Eierstichsuppe (6) Ochsenfleisch (56) Kohlrabi (323) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Rotzunge gekocht (156) + 30 g zerl. Butter ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.

E 90—95 K 15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 33. E 90 F 185 K 15 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Spinat m. Speck (302).
Nr. 34. E 90 F 185 K 15 C 2175.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 35. E 90 F 195 K 15 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548)
Nr. 36. E 90 F 195 K 15 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Ei (549).
Nr. 37. E 95 F 170 K 15 C 2100.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gekochter, fetter Schinken + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548). Setzeier (248) 50 g saure Gurke.
Nr. 38. E 95 F 175 K 15 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm.	Bouillon (1) ½ Eiersalat (256/2).
Nr. 39. E 95 F 175 K 15 C 2125.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 40. E 95 F 175 K 15 C 2125.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Zwiebelsuppe (28) Rinderbraten (60) Gurkensalat I (391) Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Tee + 25 g Rahm Rührei mit Käse (263) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Rinderbraten (60) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Einlaufsuppe (5) Kalbsteak (68) Spinat (301) Omelette (267).	Kaffee + 50 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Matjeshering m. Butter (144) ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter.
Rotzunge gekocht (156) + 30 g zerl. Butter Schweinsfilet (88) Kohlrabi (323).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Omelette (267) ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Gemüsesuppe (35) Kalbsteak (68) Kohlrabi (323) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt I (201) ½ Spinat m. Speck (302/2).
Rotzunge geb. (158) Diabetikertunke (420 a) Kalbsbraten (67) Wirsing (320).	Kaffee + 25 g Rahm.	Zwiebelsuppe (28) Omelette (267) ½ Kopfsalat II (382/2).
Spinatsuppe (21) Schweinebraten (87) Rotkraut (341) Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Schinken + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Salatsuppe (24) Gebratenes Huhn (113) Gelbrübenpüree (347) Aufschnitt V (205).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch.	Setzeier (248) ½ Sauerkraut (318/2) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.

E 95 K 15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 41. E 95 F 180 K 15 C 2150.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g f. gek. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Setzeier (248) 50 g saure Gurke.
Nr. 42. E 95 F 180 K 15 C 2150.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 43. E 95 F 185 K 15 C 2175.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g f. gek. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 44. E 95 F 185 K 15 C 2175.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 45. E 95 F 195 K 15 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembertkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch m. Eigelb (536) 1 gek. Ei.
Nr. 46. E 95 F 195 K 15 C 2300.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 47. E 95 F 195 K 15 C 2300.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 48. E 95 F 195 K 15 C 2300.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Gemüsesuppe (35) Rinderbraten (60) Bratentunke (412) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt I (201) ½ Spinat mit Speck (302/2).
Spinatsuppe (21) Gek. Kalbfleisch (65) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248 .	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g f. gek. Schinken + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Salatsuppe (24) Gek. Ochsenfleisch (56) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2).
Spinatsuppe (21) Rehbraten (101) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2).
Käsesuppe (44) Schweinsfilet (88) Grüne Bohnen (326) + 20 g zerl. Butter Kopfsalat I (381) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Matjeshering m. Butter (144) Gurkensalat I (391).
Endiviensuppe (25) Gek. Ochsenfleisch (56) Weißkraut (315) Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Schinken + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Spinatsuppe (21) Kalbsteak (68) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205). ½ Sauerkraut (318/2).
Salatsuppe (24) Kalbsteak (68) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).

E 95—100 K 15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 49. E 95 F 200 K 15 C 2325.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.
Nr. 50. E 95 F 200 K 15 C 2325.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 51. E 95 F 205 K 15 C 2375.	Tee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon (1) 30 g Mettwurst + 20 g Butter Kopfsalat II (382).
Nr. 52. E 95 F 210 K 15 C 2425.	Tee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) ½ Eiersalat (256/2).
Nr. 53. E 100 F 160 A 5 K 15 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	100 g Apfelwein 50 g Rettich + 25 g Butter.
Nr. 54. E 100 F 165 K 15 C 2050.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 55. E 100 F 165 A 5 K 15 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 56. E 100 F 185 K 15 C 2250.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Setzeier (248) 50 g saure Gurke.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Einlaufsuppe (5) Kalbsbraten (67) + Blumenkohl (311) Diabetikertunke (420 a) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Matjeshering m. Butter (144) ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter.
Spinatsuppe (21) Hasenbraten (105) Rotkraut (313) Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Zwiebelsuppe (28) Schellfisch gek. (161) + 40 g zerl. Butter Kalbsbraten (67) Spinat (301).	Kaffee schwarz.	Aufschnitt I (201) Sauerkraut (318).
Spinatsuppe (21) Rotzunge geb. (158) + Diabetikertunke (420 a) Hammelbraten (81) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Omelette (267) ½ Kopfsalat II (382/2).
Spinatsuppe (21) Kabljau gek. (146) + 30 g zerl. Butter Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	1 Setzei (248/2) 50 g kalter Braten Sauerkrautsalat (400).
Salatsuppe (24) Schweinefleisch mit Weißkraut (85) Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g f. gek. Schinken + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2).
Gemüsesuppe (35) Hammelkotelette (83) Radieschen (339) Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette (267) ½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Gemüsesuppe (35) Gek. Ochsenfleisch (56) Meerrettich m. Butter (27) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt I (201) Spinat m. Speck (302).

E 100 K 15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 57. E 100 F 185 K 15 C 2250.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 2 gek. Eier + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 50 g Rettich + 25 g Butter.
Nr. 58. E 100 F 190 K 15 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 59. E 100 F 190 K 15 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 60. E 100 F 190 K 15 C 2300.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 61. E 100 F 195 K 15 C 2350.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 62. E 100 F 195 K 15 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.
Nr. 63. E 100 F 200 K 15 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm.	Bouillon mit Ochsenmark (3) ½ Eiersalat m. Sardine (257/2).
Nr. 64. E 100 F 205 K 15 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouillon (1) Schweinebraten (87) Bayrisch Kraut (319) Sauermilchcreme (505).	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rührei m. Schinken (260) Kopfsalat I (381) Tee + 20 g Diab.-Milch.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbsteak (68) Wirsing (320) Setzeier auf Speck (249).	Tee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Rührei m. Speck (259) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Einlaufsuppe (5) Schweinskotelette (89) Sauerampfer (307) Stachelbeeren (480).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Feldsalat I (388).
Spinatsuppe (21) Schellfisch geb. (163) Gelbrübensalat (401) Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Zwiebelsuppe (28) Rahmschnitzel (70) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2).
Einlaufsuppe (5) Rahmschnitzel (70) Spinat (301) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Matjeshering m. Butter (144) ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter.
Kalbshirnsuppe (11) Schellfisch gek. (161) + 30 g zerl. Butter Kalbsteak (68) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.	Kaffee schwarz.	Gebr. Speck (99) Omelette (267) Kopfsalat I (381).
Einlaufsuppe (5) Beefsteak (61) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Matjeshering m. Butter (144) ½ grün. Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter.

E 100 K 15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 65. E 100 F 220 K 15 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 66. E 100 F 220 K 15 C 2550.	Tee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) ½ Eiersalat (256/2).
Nr. 67. E 100 F 225 K 15 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 68. E 100 F 230 K 15 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm.	Bouillon mit Ochsenmark (3) ½ Eiersalat m. Sardine (257/2).
Nr. 69. E 100 F 235 K 15 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248). Kopfsalat I (381).
Nr. 70. E 100 F 235 K 15 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 71. E 100 F 235 K 15 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 72. E 100 F 240 K 15 C 2750.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbskotelette (71) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Setzeier auf Speck (249).	Tee + 25 g Rahm 50 g f. gek. Schinken.	Rührei m. Speck (259) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm (543)
Spinatsuppe (21) Rotzunge geb. (158) + Diabetikertunke (420 a) Kalbsbraten (67) Rosenkohl (314) + 20 g zerl. Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Omelette (267) Kopfsalat II (382).
Zwiebelsuppe (28) Kalbsbraten (67) Gurkensalat II (392) Rührei mit Speck (259).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) Bratwurst (200).
Kalbshirnsuppe (11) Schellfisch gek. (161) + 30 g zerl. Butter Deutsches Beefsteak (193) Spinat (301).	Kaffee schwarz.	Gebr. Speck (99) Omelette (267) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Gek. Kalbfleisch (65) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Rührei mit Speck (259).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205 Sauerkraut (318).
Zwiebelsuppe (28) Kalbsteak (68) Gelbrübenpüree (347) Rührei mit Speck (259).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bratwurst (200) Sauerkraut (318).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Deutsches Beefsteak (193) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Setzeier auf Speck (249).	Tee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Rührei mit Speck (259) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Kalbsbraten (67) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Rührei mit Speck (259).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bratwurst (200) Sauerkraut (318).

E 105 K 15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 73. E 105 F 175 K 15 C 2200.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Setzeier (248) 50 g saure Gurke.
Nr. 74. E 105 F 180 K 15 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Diab.-Milch m. Eigelb (536) 1 gek. Ei.
Nr. 75. E 105 F 190 K 15 C 2300.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 76. E 105 F 190 K 15 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei	Bouillon (1) Spinat m. Speck (302).
Nr. 77. E 105 F 195 K 15 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.
Nr. 78. E 105 F 200 K 15 C 2375.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 79. E 105 F 200 K 15 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembertkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch m. Eigelb 1 gek. Ei.
Nr. 80. E 105 F 200 K 15 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Gemüsesuppe (35) Roastbeef (62) Rosenkohl (314) + 20 g Butter 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt I (201) ½ Spinat m. Speck (302/2).
Wildsuppe (13) Käseauflauf (287) Gurkensalat I (391) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Matjeshering m. Butter (144) Blumenkohlsalat I (397).
Spinatsuppe (21) Beefsteak (61) Rosenkohl (314) + 20 g Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbschnitzel (69) Spargeln (299) + Mayonnaise (425).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Tee + 25 g Rahm.
Einlaufsuppe (5) Hammelbraten (81) Zwiebeltunke (440) Omelette (267)	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Matjeshering m. Butter (144) ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter.
Spinatsuppe (21) Beefsteak (61) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2).
Käsesuppe (44) Schweinsfilet (88) Spargeln (299) + Diabetikertunke (420 a) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Matjeshering m. Butter (144) Gurkensalat (391).
Einlaufsuppe (5) Deutsches Beefsteak (193) Schmorgurke (337) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Matjeshering (144) ½ grüne Bohn. (324/2).

E 105—110 K 15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 81. E 105 F 205 K 15 C 2425.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 82. E 105 F 225 K 15 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 83. E 105 F 230 K 15 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm.	Bouillon mit Ochsenmark (3) ½ Eiersalat mit Sardine (257/2).
Nr. 84. E 105 F 230 K 15 C 2650.	Tee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) ½ Portion Eiersalat (256/2)
Nr. 85. E 105 F 240 K 15 C 2800.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembertkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 86. E 105 F 250 K 15 C 2925.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) Sauerkraut (318).
Nr. 87. E 110 F 175 K 15 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	50 g kalter Braten (60/2) Gurkensalat I (391).
Nr. 88. E 110 F 175 K 15 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier	Diab.-Milch I (536) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Spinatsuppe (21) Kalbschnitzel (69) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Lendenbeefsteak (61) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Setzeier auf Speck (249).	Tee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Tee + 25 g Rahm Rührei mit Speck (259) Kopfsalat I (381).
Kalbshirnsuppe (11) Schellfisch gek. (161) + 30 g zerl. Butter Schnitzel (69) Spinat (301).	Kaffee schwarz.	Omelette (267). Gebr. Speck (99) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Rotzunge geb. (158) + Diabetikertunke (420a) Schnitzel (69) Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Omelette (267) ½ Kopfsalat II (382/2).
Zwiebelsuppe (28) Schweinebraten (87) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Rührei mit Speck (259).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bratwurst (200) Sauerkraut (318).
Spinatsuppe (21) Kalbsteak (68) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Rührei mit Speck (259) Kopfsalat I (381) Bouillon (1).
Bouillon mit Ei (4) Kalbskotelette (71) Pilzmus (362) Omelette m. Spinat (271).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Bohnensalat (393) Tee + 25 g Rahm.
Bouillon (1) Grüne Bohnen (324) + 20 g Butter Schweinsfilet (88) + Endiviensalat I (385) Zitronencreme (508).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch.	Spargelauflauf (291) + Diabetikertunke (420 a).

E 110—115 K 15.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 89. E 110 F 180 K 15 C 2225.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 90. E 110 F 180 K 15 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.-Milch I (536) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 91. E 110 F 210 K 15 C 2500.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 2 gek. Eier + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Rettich (340).
Nr. 92. E 110 F 215 K 15 C 2525.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 93. E 110 F 230 K 15 C 2675.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2).
Nr. 94. E 110 F 230 K 15 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei	Bouillon (1) ½ gebr. Speck (99/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 95. E 115 F 180 K 15 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548).
Nr. 96. E 115 F 185 K 15 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Endivienſuppe (25) Pökelfleiſch mit Weißkraut (91) Setzeier (248)	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Mettwurſt + 20 g Butter.	Aufſchnitt I (201) ½ Spinat m. Speck (302/2).
Bouill. m. Ochſenmark (3) Setzei (248) Gerollte Rotzunge (159) Rhabarber (501).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäſe + 20 g Butter.	Aufſchnitt I (201) Gurkenſalat II (392) Radieschen (339).
Bouillon (1) Schweinsfilet (88) Omelette (267) Kopfſalat II (382).	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäſe + 20 g Butter.	Tee + 20 g Diab.-Milch Rührei mit Schinken (260) Endivienſalat I (385).
Spinatſuppe (21) Sauerbraten (64) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Setzeier (248).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bratwurſt (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Zwiebelſuppe (28) Schweinskotelette (90) Rotkraut (313) 30 g Edamerkäſe + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter Setzeier (248).
Bouillon mit Ei (4) Sauerkrautauflauf (290) Bratwurſt (200) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Gefüllte Eier (255) Grüner Salat II (382)
Einlaufſuppe (5) Kalbsbraten (67) Kopfſalat m. Tomatentunke (304) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurſt + 30 g Butter.	Tee + 25 g Rahm ½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter Matjeshering (144).
Einlaufſuppe (5) Rinderbraten (60) Tomatentunke (439) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm.	Matjeshering (144) ½ grüne Bohn. (324/2) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.

K 15—20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 97. E 120 F 175 K 15 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258).
Nr. 98. E 120 F 195 K 15 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.-Milch (536) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 99. E 120 F 195 K 15 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Fleischsalat (231).
Nr. 100. E 120 F 200 K 15 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258).
Nr. 101. E 120 F 205 K 15 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Quarkkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 102. E 125 F 215 K 15 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm.	Bouillon (1) Geflügelsalat (232/2).
Nr. 103. E 130 F 215 K 15 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Salamiwurst.
Nr. 104. E 80 F 190 K 20 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Tomatensalat (399) 1 gek. Ei.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Schellfisch gek. (161) + 30 g zerl. Butter Ochsenfleisch (56) Pfifferlinge (360).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Suppe von Kalbfleisch (10) Sauerkraut (318).
Schellfisch gek. (161) + 30 g zerl. Butter Schnitzel (69) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Weinschaum (501).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Gurkensalat I (391).
Spinatsuppe (21) Felchen (131) + 30 g zerl. Butter Rahmcreme (503).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Blumenkohlsuppe (26) Omelette m. Lachs (269).
Blumenkohlsuppe (26) Ochsenfleisch (56) + Sardellentunke (435) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Spinatauflauf (292) Diabetikertunke (420 a).
Einlaufsuppe (5) Ochsenfleischroulade (63) Spinatomelette (271) Weingelee (506).	Tee + 25 g Rahm.	Rotzunge geb. (158) Gurkensalat I (391).
Einlaufsuppe (5) Geb. Schellfisch (163) Remoulade (433) Sauerkraut (318).	30 g Camembert + 20 g Butter Kaffee + 25 g Rahm.	½ Kalbfleischragout (211/2) Grüner Salat II (382) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Felchen (131) + 20 g zerl. Butter Kopfsalat I (381) Rahmcreme (503).	Kaffee schwarz Zitronenauflauf (499).	Omelette m. Spinat (271) Kalbschnitzel (69).
Bouillon (1) Stangenspargel (299) + 30 g zerl. Butter 50 g gek. f. Schinken Forelle gek. (134) + 30 g zerl. Butter Omelette m. Johannisbeeren (276).	Kakao (539).	Rührei m. Morcheln (266) Gurkensalat I (391) Tee + 25 g Rahm.

E 80—90 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 105. E 80 F 215 K 20 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 106. E 80 F 225 K 20 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) 2 Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 107. E 85 F 175 K 20 C 2025.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat m. Speck (302).
Nr. 108. E 85 F 190 K 20 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Aufschnitt I (201/2) ½ Kopfsalat I (381/2).
Nr. 109. E 85 F 225 K 20 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 110. E 90 F 165 K 20 C 2025.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 111. E 90 F 170 K 20 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	100 g Apfelmost Rettich (340).
Nr. 112. E 90 F 175 K 20 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat m. Speck (302).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Spinatsuppe (21) Kalbsbraten (67) Gelbe Rüben (346) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter 1 Setzei (248/2) Tee + 25 g Rahm.
Salatsuppe (24) Kalbsteak (68) Gurkensalat (391) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Rührei (258) Tee + 25 g Rahm.
Bouillon (1) Beefsteak (61) Spargeln (299) + 30 g zerl. Butter Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Rettich (340) Rührei mit Bücklingen (262).
Zwiebelsuppe (28) Schweinebraten (87) Roterübensalat (395) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Spinatauflauf (292) + Diabetikertunke (420 a) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Kalbsteak (68) Spinat (301) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm. 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) ½ Bratwurst (200/2) Kopfsalat I (381).
Taubensuppe (16) Pilzomelette (272) Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diabetikermilch m. Eigelb (538) Sauerkraut (318) ¼ Speck (98/4).
Bouillon mit Ei (4) Hammelfleisch mit Gurkentunke (78) Omelette mit Johannisbeeren (276).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Grüne Bohnen m. Speck (327) 1 gek. Ei 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Bouillon (1) Lendenbeefsteak (61) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Rettich (340) Rührei mit Bücklingen (262).

E 90 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 113. E 90 F 175 K 20 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 1 gek. Ei.
Nr. 114. E 90 F 185 K 20 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier auf Speck (249) 50 g saure Gurke.
Nr. 115. E 90 F 190 K 20 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.
Nr. 116. E 90 F 190 K 20 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536). 1 gek. Ei.
Nr. 117. E 90 F 195 K 20 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. s. Schinken + 20 g Butter.	Kakao (539) 1 gek. Ei.
Nr. 118. E 90 F 195 K 20 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. s. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) 50 g saure Gurke.
Nr. 119. E 90 F 200 K 20 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 120. C 90 F 205 K 20 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butler.	Bouillon (1) Spinat m. Speck (302).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Käsesuppe (44) Hammelbraten (81) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Matjeshering m. Butter (144) Gurkensalat I (391).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Hasenbraten (105) Sauerkraut (318) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 20 g Butter.	50 g Roastbeef Endiviensalat I (385) Omelette (267) Tee + 25 g Rahm.
Einlaufsuppe (5) Rinderbraten (60) Bratenbrühe (412) Kohlrabi II (323) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm.	Tee + 25 g Rahm Matjeshering m. Butter (144) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butte
Rote Rübensuppe (30) Deutsches Beefsteak (193) Weißkraut (315) Eiweißbrei (502).	Kaffee + 25 g Rahm.	Rührei (258) Endiviensalat I (385) ½ Zander mit Rahm gebr. (173/2).
Blumenkohlsuppe (26) Roastbeef (62) Gurkensalat I (391) Gefüllte Tomate (336).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Setzeier (248) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbskotelette (71) Sauerampfer (307) Johannisbeeren (477).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Rührei mit Bücklingen (262) Kopfsalat I (381) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Zwiebelsuppe (28) Schweinefleisch mit Gelbrüben (86) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) ½ Bratwurst (200/2) Gurkensalat I (391).
Zwiebelsuppe (28) Hammelbraten (81) Weißkraut (313) Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Tee + 25 g Rahm Rührei mit Käse (263) Kopfsalat I (381).

E 90—95 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 121. E 90 F 210 K 20 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 122. E 90 F 210 K 20 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 123. E 90 F 235 K 20 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 124. E 90 F 235 K 20 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Endiviensalat I (385).
Nr. 125. E 90 F 240 K 20 C 2750.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).	Bouillon (1) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Nr. 126. E 90 F 255 K 20 C 2850.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (I) ½ Bratwurst (200/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 127. E 95 F 160 K 20 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Eiersalat (257) 25 g Ölsardinen.
Nr. 128. E 95 F 165 K 20 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Zwiebelsuppe (28) Ochsenfleisch gek. (56) Weißkraut (315) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Spinatauflauf (292) Diabetikertunke (420 a) Gurkensalat I (391).
Kalbsbraten (67) Rosenkohl (314) + Diabetikertunke (420 a) ½ Spinatauflauf (292/2) Kopfsalat I (381).	Kaffee + 25 g Rahm.	Zwiebelsuppe (28) Spinatauflauf (292/2) + Diabetikertunke (420 a).
Zwiebelsuppe (28) Roastbeef (62) Gelbe Rüben (346) Rührei (258).	Tee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) ½ Bratwurst (200/2) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Roastbeef (62) Gurkensalat I (391) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter 1 Setzei (248/2) Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Rahmschnitzel (70) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Mettwurst + 15 g Butter.	Sauerkraut (318) ½ Aufschnitt V (205/2) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Beefsteak (61) Weißkraut (315) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Sauerkraut (318) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Kalbsteak (68) Gelbrübenpüree (347) Apfel (470).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Käseauflauf (288/2) Endiviensalat II (386).
Gemüsesuppe (35) Kalbsbraten (67) Sauerampfer (307) Bratentunke (412) Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette (267) ½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).

E 95 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 129. E 95 F 170 K 20 C 2075.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 1 gek. Ei
Nr. 130. E 95 F 175 K 20 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon (1) Aufschnitt I (201).
Nr. 131. E 95 F 180 K 20 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 132. E 95 F 185 K 20 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Spinat m. Speck (302).
Nr. 133. E 95 F 185 K 20 C 2200.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Setzeier (248).
Nr. 134. E 95 F 185 K 20 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 1 gek. Ei.
Nr. 135. E 95 F 190 K 20 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 1 gek. Ei.
Nr. 136. E 95 F 195 K 20 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548)

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Käsesuppe (44) Schweinefleisch gek. (84) Gelbrüben (346) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Matjeshering m. Butter (144) Blumenkohlsalat I (397)
Spinatsuppe (21) Ochsenfleisch gek. (56) Meerrettich m. Butter (427) Rotrübensalat (395) Weingelee (506).	Diab.-Milch mit Eigelb (538).	Rührei mit Schweizerkäse (263) Bohnensalat (394) Tee + 25 g Rahm.
Gemüsesuppe (35) Hammelkeule (82) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei	Omelette (267) ½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Ochsenfleisch gek. (56) Bohnensalat (393) Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Rührei m. Käse (263) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Ochsenfleisch gek. (56) Meerrettich m. Butter (427) 50 g saure Gurke Preißelbeeren (475) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Schinken gek. f. + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Sauerkraut (318/2).
Käsesuppe (44) Deutsches Beefsteak (193) Roterübenpüree (342) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Matjeshering m. Butter (144) Blumenkohlsalat I (397).
Roterübensuppe (30) Rinderbraten (60) + Bratentunke (412) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Schinken + 20 g Butter.	Gek. Schellfisch (161) + 30 g zerl. Butter Endiviensalat I (385).
Einlaufsuppe (5) Kabljau geb. (148) ½ Tomatentunke (439/2) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Matjeshering m. Butter (144) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.

E 95 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 137. E 95 F 200 K 20 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) 1 Setzei (248/2).
Nr. 138. E 95 F 210 K 20 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Kopfsalat I (381) 30 g gek. s. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 139. E 95 F 210 K 20 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 2 gek. Eier.
Nr. 140. E 95 F 235 K 20 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 141. E 95 F 235 K 20 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 142. E 95 F 235 K 20 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 143. E 95 F 240 K 20 C 2725.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) ½ Bratwurst (200/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 144. E 95 F 240 K 20 C 2725.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) 2 Setzeier (248) Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Eierstichsuppe (6) Ochsenfleisch gek. (56) Wirsing (321) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	½ grüne Bohnen (324/2) + 30 g zerl. Butter Omelette (267) Tee + 25 g Rahm.
Einlaufsuppe (5) Sauerbraten (64) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Spinat (301) Setzeier (248) Radieschengemüse (339).
Bouillon mit Ei (4) Kalbsroulade (72) Gelbe Rüben (346) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Milchkakao mit Eigelb (542).	Spinat m. Speck (302) ½ Aufschnitt (201/2) Endiviensalat I (385).
Zwiebelsuppe (28) Beefsteak (61) Rosenkohl (314) + 20 g zerl. Butter Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) ½ Bratwurst (200/2) Kopfsalat I (381).
Endiviensuppe (25) Roastbeef (62) Wirsing (320) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Blumenkohl (311) + 35 g zerl. Butter ½ Aufschnitt V (205/2) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Roastbeef (62) Rosenkohl (314) + 35 g Butter 1 Setzei (248/2).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bayrisch Kraut (319) ½ Aufschnitt I (201/2) Roterübensalat (395).
Zwiebelsuppe (28) Roastbeef (62) Spinat (301) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) 30 g Mettwurst + 20 g Butter. Kopfsalat I (381).
Endiviensuppe (25) Hammelbraten (81) Gelbe Rüben (346) Rührei mit Speck (259).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) 100 g Rettich + 35 g Butter.

E 95 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 145. E 95 F 250 K 20 C 2825.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 146. E 95 F 265 K 20 C 3000.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 147. E 100 F 170 K 20 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 148. E 100 F 170 K 20 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	50 g kalter Braten Gurkensalat I (391).
Nr. 149. E 100 F 200 K 20 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Diab.-Milch I (536) 1 gek. Ei.
Nr. 150. E 100 F 200 K 20 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon m. Ei (549) 30 g f. gek. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 151. E 100 F 200 K 20 C 2375.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 2 gek. Eier + 20 g Butter.	Tee + 20 g Diab.-Milch Rettichgemüse (340).
Nr. 152. E 100 F 205 K 20 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Zwiebelsuppe (28) Kalbschnitzel (69) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) ½ Bratwurst (200/2) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Roulade von Ochsenfleisch (63) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bayrisch Kraut (319) ½ Aufschnitt I (201/2) Salzgurkensalat (390).
Gemüsesuppe (35) Kalbskotelette (71) Spinat (301) Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette (267) ½ Aufschnitt (201/2) Kopfsalat I (381).
Bouillon mit Ei (4) Schweinskotelette (89) Blumenkohl (311) Gemüsetunke (420 a).	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 25 g Butter.	Matjeshering m. Butter (144) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Käsesuppe (44) Hammelkotelette (83) Grüne Erbsen (334) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Schlei gek. (166) + 30 g zerl. Butter Gurkensalat II (392).
Eierstichsuppe (6) Kalbskotelette (71) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter ½ Rahmspeise mit Äpfeln (511).	Tee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 25 g Butter.	Auflauf von Kalbshirn (285) Kopfsalat I (381) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Bouillon m.Eigelb (548) Rinderbraten (60) Bratenbrühe (412) Wirsing (320) Kopfsalat II (382).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei m. Schinken (260) Kopfsalat I (381).
Bouill. m.Ochsenmark(3) Rebhuhn (122) Preißelbeeren (475)	Tee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette m. Spinat (371) 15 g Roquefort + 20 g Butter Tee + 25 g Rahm.

E 100 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 153. E 100 F 205 K 20 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Spinat m. Speck (302).
Nr. 154. E 100 F 205 K 20 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 155. E 100 F 210 K 20 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258).
Nr. 156. E 100 F 225 K 20 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548)
Nr. 157. E 100 F 230 K 20 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 158. E 100 F 235 K 20 C 2775.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei m. Speck (259) Kopfsalat I (381).
Nr. 159. E 100 F 235 K 20 C 2775.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 160. E 100 F 250. K 20 C 2925.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Zwiebelsuppe (28) Rahmschnitzel (70) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Rührei m. Käse (263) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Gemüsesuppe (35) Kalbsteak (68) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Omelette (267) Rhabarberkompott (437).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Feldsalat I (388) Radieschengemüse(339).
Spinatsuppe (21) Roastbeef (62) Rosenkohl (314) + 20 g Butter ½ Zitronenauflauf (499/2).	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 25 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Eiersalat mit Sardinen (257) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter.
Einlaufsuppe (5) Kalbsroulade (72) Blumenkohl (311) + Diabetikertunke (420 a) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Rotzunge gek. (156) + 30 g zerl. Butter ½ grüne Bohnen (324) m. 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Schweinebraten (87) Rote Rüben (341) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Rührei mit Speck (259)	Spinat mit Speck (302) Kalbshirn in Sulz (240) Kopfsalat I (381).
Selleriesuppe (31) Kalbsbraten (67) Spinat (301) Setzeier (248).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) Bratwurst (200).
Spinatsuppe (21) Rehbraten (101) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Russische Creme (507).	Tee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	Zander gek. (169) + 35 g zerl. Butter Bohnensalat I (393).
Zwiebelsuppe (28) Hasenbraten (105) Rotkraut (313) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Rührei mit Speck (259).	Spinat mit Speck (302) Kalbshirn in Sulz (240) Kopfsalat I (381).

E 100—105 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 161. E 100 F 270 K 20 C 3025.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 162. E 105 F 170 K 20 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei mit Käse (263) Kopfsalat I (381).
Nr. 163. E 105 F 170 K 20 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Nr. 164. E 105 F 175 K 20 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon (1) 50 g Radieschen + 25 g Butter.
Nr. 165. E 105 F 180 K 20 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) Kalbshirn in Sulz (240).
Nr. 166. E 105 F 185 K 20 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 gek. Ei.
Nr. 167. E 105 F 185 K 20 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g kalter Braten + 20 g Butter 20 g saure Gurke.
Nr. 168. E 105 F 185 K 20 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon mit Ei (549) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Zwiebelsuppe (28) Ochsenfleischroulade (63) Spinat (301) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) ½ Bratwurst (200/2) Kopfsalat I (381).
Fischsuppe (18) Lungenmus (192) Kirschen (487).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Schmorgurke mit Speck (337) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Einlaufsuppe (5) Rotzunge gek. (156) Mousselintunke (429) Stachelbeercreme (526).	Diab.-Milch (536) 2 gek. Eier.	Aufschnitt I (201) Gurkensalat I (391) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Gespickter Hecht mit Rahm (138) Apfeleierkuchen (281).	Tee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) Roterübensalat (395).
Blumenkohlsuppe (26) Schweinskotelette (89) Gurkensalat I (391) Birnen (472).	Tee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 25 g Butter.	Schellfisch geb. (163) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Spinatsuppe (21) Roastbeef (62) Blumenkohl (311) + Diabetikertunke (420 a) ½ Zitronencreme (508/2).	Kakao mit Eigelb (540).	Omelette (267) Kopfsalat I (381) Diab.-Milch (536) ½ Zitronencreme (508/2).
Spinatsuppe (21) Kalbsbraten (67) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Omelette (267) Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Kopfsalat I (381) Sauermilchcreme (505).
Einlaufsuppe (5) Schweinsfilet (88) Sauerkraut (318) Apfel (469).	Milchkakao mit Eigelb (542).	Kalbshirnbrei (230) Kopfsalat I (381) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.

E 105 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 169. E 105 F 190 K 20 C 2325.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 gek. Ei.
Nr. 170. E 105 F 195 K 20 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Stangenspargel (konf.) (300) Diab.-Tunke (420 a).
Nr. 171. E 105 F 195 K 20 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 172. E 105 F 195 K 20 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (549) 30 g kalter Braten + 20 g Butter 20 g saure Gurke.
Nr. 173. E 105 F 215 K 20 C 2575.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon mit Ei (549).
Nr. 174. E 105 F 220 K 20 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon mit Eigelb (548).
Nr. 175. E 105 F 220 K 20 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon mit Ochsenmark (3) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 176. E 105 F 225 K 20 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Hummermayonnaise (235) Rehfilet (102) Stangenspargel, kons.(300) + 30 g zerl. Butter Ananasgefrorenes (521).	Kaffee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 15 g Butter.	Bouill.m.Ochsenmark(3) Setzeier auf Speck mit Tomate (250) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Eierstichsuppe (6) Lendenbeefsteak (61) Spinat-Omelette (271).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rührei mit Bücklingen (262) Bayrisch-Kraut (319) Tee + 25 g Rahm.
Kerbelsuppe (23) Schleie gek. (166) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Aufschnitt I (201) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Deutsches Beefsteak von Kalbfleisch (194) Gurkensalat II (392) Rahmspeise mit Himbeer (515).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rührei mit Morcheln (266) 50 g gek. f. Schinken Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Ochsenfleisch (56) Rosenkohl (314) + 20 g Butter Setzeier auf Speck (249).	Kaffee + 25 g Rahm Rahmcreme (503).	Rotzunge geb. (158) Kopfsalat II (382).
Einlaufsuppe (5) Kalbschnitzel (69) Blumenkohl (311) + Diab.-Tunke (420 a) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Matjeshering m. Butter (144) ½ grüne Bohnen(324/2) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Gebr. Huhn (113) Gelbrübengemüse (346) Russische Creme (507).	Tee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	Hecht gek. (136) + 30 g zerl. Butter Blumenkohlsalat I (397)
Eierstichsuppe (6) Taube ged. (118) Blumenkohlsalat I (397) Fruchteis (516).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Krebse gek. (174) + 20 g fr. Butter Omelette mit Morcheln (273).

E 105—110 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 177. E 105 F 250 K 20 C 2850.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Setzeier auf Speck (249) Kopfsalat I (381).
Nr. 178. E 110 F 165 K 20 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Salamiwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Marin. Hering (145) 30 g saure Gurke.
Nr. 179. E 110 F 165 K 20 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	½ Mondaminbrei (378/2).
Nr. 180 E 110 F 175 K 20 C 2200.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 2 gek. Eier + 20 g Butter.	Bouillon mit Eigelb (548) Rettichgemüse (340).
Nr. 181. E 110 F 185 K 20 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (549) 30 g gek. s. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 182. E 110 F 190 K 20 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Salamiwurst + 20g Butter.	1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 183. E 110 F 200 K 20 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) 30 g Zunge gek. + 20 g Butter.
Nr. 184. E 110 F 200 K 20 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. s. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Salatsuppe (24) Hecht ged. (137) Feldsalat I (388) Omelette mit Johannisbeeren (276).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g geräuch. Lachs + 20 g Butter.	Schweinsfilet (188) Sauerkraut (318).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Rahmschnitzel (70) Stangenspargel (299) + 30 g Butter Pfirsichkompott (482).	Kaffee + 25 g Rahm.	Rührei (258) Kopfsalat I (381) Barkäse (528).
Tomatensuppe (27) Rahmschnitzel (70) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm Stachelbeercreme (526).	Heringsalat (233). Grüne Bohnen, kons. (326).
Bouillon (1) Ochsenfleisch mit Weißkraut (58) Kopfsalat II (382) 1 hartes Ei.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rührei m. Schinken (260) Kopfsalat I (381) Tee + 20 g Diab.-Milch
Einlaufsuppe (5) Deutsches Beefsteak von Kalbfleisch (194) Kohlrübengemüse (343) Omelette m. Äpfeln (274).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Spinat mit Speck (302) ½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Bouillon (1) Ochsenfleisch gek. (56) Morcheltunke (428) Omelette m. Äpfeln (274).	Tee + 25 g Rahm.	Spinatauflauf (292) + Diab.-Tunke (420a).
Blumenkohlsuppe (26) Schweinskotelette, pan. (90). Gurkensalat II (392) Johannisbeeren (477).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Rotzunge geb. (158) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Kabljau geb. (148) Kopfsalat I (381) Kalbsragout (211).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Rührei mit Spargeln (264) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.

E 110—115 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 185. E 110 F 205 K 20 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 186. E 110 F 205 K 20 C 2500.	Tee + 25 g Rahm 30 g kalter Braten + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 187. E 110 F 220 K 20 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 188. E 110 F 245 K 20 C 2950.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei mit Speck (259) Kopfsalat I (381).
Nr. 189. E 115 F 160 K 20 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon mit Ei (549) 50 g Rettich + 30 g Butter.
Nr. 190. E 115 F 170 K 20 C 2150.	Tee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Fleischsalat (231).
Nr. 191. E 115 F 180 K 20 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch I (536) 2 gek. Eier.
Nr. 192. E 115 F 190 K 20 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Fleischbrei (226).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Fischsuppe (18) Schweinsfilet (88) Sauerkrautsalat (400) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Aufschnitt I (201) Kopfsalat I (381) Milchkakao mit Eigelb (542).
Spinatsuppe (21) Roastbeef (62) Pfifferlinge (361) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm.	Aufschnitt II (202) Bohnensalat (393).
Zwiebelsuppe (28) Schweinefleisch mit Weißkraut (85) Rührei mit Speck (259).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) Bratwurst (200).
Endiviensuppe (24) Rahmschnitzel (70) Spinat (301) Setzeier (248).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) Sauerkraut (318).
Gemüsesuppe (35) Gek. Schinken (94) Spargel (299) + Gemüsetunke (420) Omelette (267).	Kaffee schwarz Stachelbeercreme (526).	1 gek. Ei 50 g kalter Braten Gurkensalat II (392).
Gemüsesuppe (35) Karpfen gek. (149) + 30 g zerl. Butter Sauerkraut (318) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kalbschnitzel (69) 50 g saure Gurke 1 Setzei (248/2).
Einlaufsuppe (5) Beefsteak (61) Spinat (301) Weingelee (506).	Tee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 30 g Butter.	Aufschnitt I (201) Feldsalat I (388) Omelette mit Preißelbeeren (275).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbschnitzel (69) Gelbrübengemüse (346).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Rotzunge geb. (158) Gurkensalat I (391) Rettichgemüse (340).

E 115 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 193. E 115 F 190 K 20 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon mit Ei (549) 30 g kalter Braten + 20 g Butter 20 g saure Gurke.
Nr. 194. E 115 F 190 K 20 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	30 g kalter Braten + 20 g Butter.
Nr. 195. E 115 F 200 K 20 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381)
Nr. 196. E 115 F 200 K 20 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Sauerkrautsalat (400) ½ gebr. Speck (99/2).
Nr. 197. E 115 F 205 K 20 C 2525.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Bouillon mit Eigelb (548) Rettichgemüse (340).
Nr. 198. E 115 F 205 K 20 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkrautsalat (400) ½ gebr. Speck (99/2).
Nr. 199. E 115 F 215 K 20 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Setzeier mit Schinken (251) 50 g saure Gurke.
Nr. 200. E 115 F 215 K 20 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Blumenkohlsalat (397) ½ gebr. Speck (99/2).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Gebrannte Suppe (47) Schweinsfilet (88) Kohlrabi (323) Stachelbeerkompott (480).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (548) Setzeier auf Speck (249) Kopfsalat (381).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Schweinskotelette pan. (90) Stangenspargel (299) Diab.-Tunke (420 a) Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 30 g Butter.	Schellfisch geb. (163) Grüne Erbsen (334).
Tomatensuppe (27) Schnitzel (69) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Stachelbeercreme (526).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Feldsalat I (388) Radieschengemüse (339).
Blumenkohlsuppe (26) Kalbsherzhachee (190) Omelette mit Äpfeln (274).	Tee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	1 gek. Ei + 10 g Butter Aufschnitt I (201) Roterübensalat (395).
Bouillon (1) Hammelbraten (81) Zwiebeltunke (440) Kopfsalat I (381).	Tee + 20 g Diab.-Milch 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rührei m. Schinken (260) Kopfsalat II (382) Tee + 20 g Diab.-Milch
Tomatensuppe (27) Kabljau gek. (146) + 30 g zerl. Butter Omelette m. Spinat (371).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	1 gek. Ei Aufschnitt I (201) Roterübensalat (395).
Einlaufsuppe (5) Kalbsteak (68) Tomatensalat (399) Omelette m. Äpfeln (281).	Kakao m. Eigelb (540).	Spinatauflauf (292) Diab.-Tunke (420 a) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Schweinskotelette (89) Spinat (301) Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	½ Fleischauflauf mit Käse (289/2) Kopfsalat I (381) Omelette (267).

E 115—120 K 20.	**I. Frühstück.**	**II. Frühstück.**
Nr. 201. E 115 F 220 K 20 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 202. E 115 F 240 K 20 C 2850.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon mit Ochsenmark (3) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 203. E 115 F 255 K 20 C 3000.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei mit Speck (259) Kopfsalat I (381).
Nr. 204. E 120 F 190 K 20 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Lachs + 20 g Butt.	Bouillon (1) 2 gek. Eier.
Nr. 205. E 120 F 190 K 20 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 25 g Ölsardinen.
Nr. 206. E 120 F 195 K 20 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Marin. Hering (145) + 25 g saure Gurke Bouillon (1).
Nr. 207. E 120 F 200 K 20 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 50 g gek. f. Schinken Kopfsalat I (381).
Nr. 208. E 120 F 200 K 20 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Einlaufsuppe (5) Hammelfleisch m. gelben Rüben (80) Rahmcreme (503).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Sauerkrautsalat (400) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Selleriesuppe (31) Lendenbeefsteak (61) Spinat (301) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	Hecht gek. (136) + 30 g zerl. Butter Blumenkohlsalat I (397)
Zwiebelsuppe (28) Schnitzel (69) Spinat (301) Setzeier (248).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) Aufschnitt V (205).
Steinpilzsuppe (41) Lendenbeefsteak (61) Spinat (301).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Eierkuchen (278) Kopfsalat II (382).
Gemüsesuppe (35) Sauerbraten (64) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Russische Creme (507).	Kakao mit Eigelb (538).	Omelette m. Speck (268) ½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Roterübensuppe (30) Beefsteak (61) Selleriesalat (403) Omelette m. Spinat (271).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Ochsenfleisch gek. (56) Tomatentunke (439) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Rührei mit Speck (259) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Schnitzel (69) Pilzmus (362) Omelette mit Johannisbeeren (276).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Käseauflauf (287) Kopfsalat I (381) Radieschen (339).

E 120—125 K 20.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 209. E 120 F 225 K 20 C 2700.	Kaffee + 50 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Bouillon mit Ochsenmark (3) 80 g gebratener Speck mit 3 Eigelb.
Nr. 210. E 120 F 230 K 20 C 2750.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 211. E 120 F 235 K 20 C 2775.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Tee 2 Eier + Remoulade (433).
Nr. 212. E 120 F 240 K 20 C 2825.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon mit Ochsenmark (3) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 213. E 120 F 250 K 20 C 2925.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 214. E 120 F 255 K 20 C 3000.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Aal in Sulz (244).
Nr. 215. E 125 F 170 K 20 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Fleischsalat (231).
Nr. 216. E 125 F 170 K 20 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon (1) 50 g kalter Braten 50 g saure Gurke.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouillon m. Eigelb (2) Kalbsbraten (67) Kopfsalat I (381) Apfel (469).	Kaffee + 50 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Sauerkraut mit Pökelfleisch (92).
Rotzunge geb. (158) Remoulade (433) Schweinsfilet (88) Gurkensalat I (391) Stachelbeercreme (526).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Matjeshering (144) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Bouillon mit Ei (4) Schweinskotelette (89) Pfifferling (360) Stachelbeercreme (526).	Milchkakao mit Eigelb (542).	Setzeier mit Bratwurst (252) Kopfsalat I (381) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Selleriesuppe (31) Kalbsbraten (67) Blumenkohl (311) + Diabetikertunke (420 a) Russische Creme (507).	Tee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	Hecht gek. (136) + 30 g zerl. Butter Gurkensalat I (397).
Käsesuppe (44) Schweinefleisch (84) Sauerkraut (318) Eiweißbrei (502).	Kaffee schwarz Rahmcreme (503).	Kabljau geb. (148) Endiviensalat I (385) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Krebssuppe (19) Beefsteak (61) Spargeln (299) + 20 g zerl. Butter Kaffeeeis (517).	Kakao mit Eigelb (540).	Rührei mit Morcheln (266) Feldsalat I (388) Käse mit Sulz (497).
Gemüsesuppe (35) Ochsenfleisch (56) Salatgemüse (303) Setzeier (248).	Diab.-Milch mit Eigelb (538).	Aufschnitt I (201) Grüne Bohnen, kons. (326).
Wildsuppe (13) Forelle (134) + 30 g zerl. Butter Spinatauflauf (292).	Kaffee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Eierkuchen mit Fleisch (279) Kopfsalat I (381).

K 20—25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 217. E 125 F 190 K 20 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Tee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.
Nr. 218. E 125 F 205 K 20 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm.	Eiersalat (256) Bouillon (1).
Nr. 219. E 125 F 220 K 20 C 2700	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) 2 Setzeier auf Speck (249) Kopfsalat I (381).
Nr. 220. E 130 F 150 K 20 C 2075.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Gans in Sulz (242/2)
Nr. 221. E 130 F 165 K 20 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon mit Eigelb (548).
Nr. 222. E 75 F 180 K 25 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 223. E 75 F 195 K 25 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 224. E 75 F 195 K 25 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) Rettich (340).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Einlaufsuppe (5) Ochsenfleisch (56) Schmorgurke (337) Sauerkrautauflauf (290).	Kakao (531) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier (248) Spinat (301).
Käsesuppe (44) Beefsteak (61) Kopfsalat III (383) Omelette (267) Stachelbeercreme (526).	Kakao mit Eigelb (540).	Setzeier mit Schinken (251) Spargeln (299) + Diab.-Tunke (420 a).
Spinatsuppe (21) Hammelkeule (82) Wachsbohnen (331) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Eierkuchen mit Fleisch (279) Johannisbeeren (477).
Gemüsesuppe (35) Königsberger Klops (197) Kopfsalat I (381) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Quark + 20 g Butter.	Grüne Bohnen m. Speck (327) 50 g gek. Zunge.
Roterübensuppe (30) Ochsenfleisch gek. (57) Petersilientunke (432) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Grüne Bohn. m. Speck (327) 1 gek. Ei + 10 g Butter Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Pökelfleisch mit Sauerkraut (92) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Rotzunge geb. (158) + Holl. Tunke (422) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Rührei (258) Endiviensalat I (385) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Schellfisch geb. (163) Mayonnaise (425) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.

E 80—90 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 225. E 80 F 155 K 25 C 1975.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	200 g Apfelwein Rettichgemüse (340).
Nr. 226 E 80 F 200 K 25 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rettichgemüse (340).
Nr. 227. E 80 F 215 K 25 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 228. E 85 F 190 K 20 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	30 g kalter Braten + 20 g Butter Kopfsalat I (381).
Nr. 229. E 85 F 220 K 25 C 2575.	Kaffee + 25 g Butter 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 1 gek. Ei.
Nr. 230. E 85 F 230 K 25 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 231. E 90 F 155 K 25 C 1900.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Tee 2 gek. Eier + Remoulade (433).
Nr. 232. E 90 F 165 K 25 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Johannisbeeren (477).

Mittageſſen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouillon mit Ei (4) Hammelkotelette (83) Kohlrabi I (323) Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Matjeshering (144) Gurkenſalat I (391) Radieschengemüſe (339).
Zwiebelſuppe (28) Fiſchkotelette (164) Remoulade (433) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Rührei (258) Endivienſalat I (385) Tee + 25 g Rahm.
Spinatſuppe (21) Kalbsbraten (67) Kohlrabi II (323) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurſt + 20 g Butter.	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter 1 Setzei (248/2) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlſuppe (26) Hammelkeule (82) Gurkenſalat I (391) Zwetſchgen (483).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).
Spinatſuppe (21) Kalbsbraten (67) Rettichgemüſe (340) Omelette mit Preißelbeeren (275).	Kaffeerahmſpeiſe (509).	Sauerkraut (318) ¼ gek. Speck (98/4) Tee + 25 g Rahm.
Salatſuppe (24) Kalbſteak (68) Kohlrabi (323) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurſt.	Grüne Bohnen (324) + 20 g zerl. Butter 1 Setzei (248/2) Tee + 25 g Rahm.
Gemüſeſuppe (35) ½ Ochſenfleiſch gek. (57/2) Roſenkohl (314) + 20 g Butter Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm.	Aufſchnitt I (201) Gurkenſalat II (392).
Blumenkohlſuppe (26) Felchen gek. (131) + 30 g zerl. Butter Omelette mit Preißelbeeren (275).	Rahmſpeiſe mit Kakao (510).	Setzeier mit Bratwurſt (252) Kopfſalat I (381).

E 90—95 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 233. E 90 F 175 K 25 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier (248).	Sauerkrautsalat (400) ½ gebr. Speck (99/2) Bouillon (1).
Nr. 234. E 90 F 185 K 25 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 235. E 90 F 195 K 25 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Kalbshirn in Sulz (240).
Nr. 236. E 90 F 230 K 25 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 237. E 90 F 230 K 25 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 238. E 90 F 235 K 25 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (549) 50 g Rettich + 30 g Butter.
Nr. 239. E 95 F 175 K 25 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (458) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 240. E 95 F 175 K 25 C 2175.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon mit Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Roterübensuppe (30) Hammelfleisch m. Weißkraut (79) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	½ Käseauflauf (287/2) 50 g gek. f. Schinken Kopfsalat I (381).
Fleischbrühe mit Eierstich (6) Roastbeef (62) Spinat (301) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Rührei mit Speck (259) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Gemüsesuppe (35) Kalbsteak (68) Rosenkohl (314) + 30 g Butter Rahmcreme (503).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Spinat mit Speck (302) Rettich (340).
Spinatsuppe (21) Beefsteak (61) Gelbe Rüben (346) Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter 1 Setzei (248/2) Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Roastbeef (62) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Setzeier (248) Kohlrabi (323) Tee + 25 g Rahm.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Rotzunge geb. (158) Tomatentunke (439) Rosenkohl (314) + 30 g Butter.	Milchkakao mit Eigelb (542).	Sauerkraut (318) Speck (99) 1 gek. Ei Tee + 25 g Rahm.
Tomatensuppe (27) Schellfisch geb. (163) Gurkensalat I (391) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm.	Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Rührei (258) Kopfsalat (381).
Spinatsuppe (21) ½ Königsberger Klops (197/2) Bratkartoffel (365) Russische Creme (507).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) ½ Sauerkraut (318/2))

E 95 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 241. E 95 F 185 K 25 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).
Nr. 242. E 95 F 185 K 25 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (549) Kohlrübengemüse mit Speck (344).
Nr. 243. E 95 F 190 K 25 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei mit Speck (259).
Nr. 244. E 95 F 190 K 25 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248).
Nr. 245. E 95 F 195 K 25 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 gek. Ei.
Nr. 246. E 95 F 195 K 25 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 247. E 95 F 205 K 25 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	30 g kalter Braten + 20 g Butter. Gurkensalat I (391).
Nr. 248. E 95 F 215 K 25 C 2575.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter Kopfsalat I (381).

Mittageſſen.	Kaffee.	Abendbrot.
Zwiebelſuppe (28) Hammelbraten (81) Wirſing (320) Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Rührei mit Käſe (263) Kopfſalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Einlaufſuppe (5) Schweinefleiſch (84) Sauerkraut (318) Apfelkompott (470).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäſe + 20 g Butter.	1 gek. Ei Aufſchnitt I (201) Endivienſalat I (385).
Bouill. m. Ochſenmark (3) Kalbskotelette (71) Wachsbohnen (331) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Aufſchnitt III (203) Kopfſalat III (383) Radieschen (339).
Roterübenſuppe (30) Roaſtbeef (62) Kohlrabi (323) Stachelbeercreme (526).	Diab.-Milch mit Eigelb (538).	Tee + 25 g Rahm Omelette mit Spinat (271) Rettich (340).
Roterübenſuppe (30) Beefſteak (61) Pfifferlinge (360) Weingelee (506).	Kakao mit Eigelb (540).	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter Radieschen (390).
Bouill. m. Ochſenmark (3) Huhn gebr. (113) Steinpilze (konſ.) (357) Rahmſpeiſe mit Pfirſich (514).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette mit Spinat (271) Tee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäſe + 20 g Butter.
Blumenkohlſuppe (26) Rahmſchnitzel (70) Pfifferlinge (360) Zwetſchen (483).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).
Einlaufſuppe (5) Hammelkotelette (83) Spargel (299) + Diab.-Tunke (420 a) Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäſe + 20 g Butter.	Spinatgemüſe (301) Setzeier (248) Radieschen (339).

E 95—100 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 249. E 95 F 220 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 250. E 95 F 240 K 25 C 2800.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 251. E 95 F 240 K 25 C 2800.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) 50 g saure Gurke.
Nr. 252. E 95 F 245 K 25 C 2850.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon (1).
Nr. 253. E 95 F 260 K 25 C 3000.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 254. E 100 F 155 K 25 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Kaviarbrot (444 a).
Nr. 255. E 100 F 155 K 25 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Tee, schwarz 2 gek. Eier + Remoulade (433).
Nr. 256. E 100 F 155 K 25 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Endiviensuppe (25) Hammelkeule (82) Gelbe Rüben (346) Preißelbeeren (511).	Tee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Omelette mit Spinat (271) Marin. Hering (145) 50 g saure Gurke.
Spinatsuppe (21) Roastbeef (62) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter 1 Setzei (248/2) Tee + 25 g Rahm.
Sauerampfersuppe (22) Huhn ged. (112) Grüne Erbsen (334) Himbeereis (523).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Rührei mit Käse (263) Kopfsalat I (381) 30 g Mettwurst + 20 g Butter Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Schellfisch gek. (161) + 30 g zerl. Butter Sauerkraut (318) Gebr. Speck (99) Apfelmus (469).	Kaffee + 25 g Rahm.	Pilzomelette (272) Kopfsalat I (381) 100 g gek. f. Schinken.
Spinatsuppe (21) Ochsenfleischroulade (63) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Rührei (258).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Kohlrabi (323) 1 Setzei (248/2) Tee + 25 g Rahm.
Pfifferlingsuppe (42) Ente gedünstet (121) Apfelmus (469).	Kaffee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 15 g Butter.	50 g gek. f. Schinken Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Gemüsesuppe (35) Lendenbeefsteak (61) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Birnen (472).	Kaffee + 50 g Rahm.	Aufschnitt I (201) Gurkensalat II (392).
Einlaufsuppe (5) Kalbsbraten (67) Wachsbohnen (331) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Kopfsalat I (381) Omelette mit Johannisbeeren (276).

E 100 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 257. E 100 F 155 K 25 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Tee schwarz 2 gek. Eier + Remoulade (433).
Nr. 258. E 100 F 155 K 25 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	30 g ger. Lachs + 20 g Butter. Bouillon (1).
Nr. 259. E 100 F 160 K 25 C 2075.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter Bouillon (1).
Nr. 260. E 100 F 170 K 25 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 2 gek. Eier.
Nr. 261. E 100 F 170 K 25 C 2150	Kaffee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Bouillon (1) Sauerkrautsalat (400) $^1/_2$ gebr. Speck (99/2).
Nr. 262. E 100 F 170 K 25 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 263. E 100 F 175 K 25 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (548).
Nr. 264. E 100 F 175 K 25 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Fleischsalat (231/2).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Gemüsesuppe (35) Schnitzel (69) Spinat (301) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm.	Aufschnitt I (201) Gurkensalat II (392).
Blumenkohlsuppe (26) Poulardebrust ged. (110) Gurkensalat II (392) Rhabarberkompott (473).	Tee + 25 g Rahm Teegebäck (490).	Grüne Bohnen m. Speck (327) 30 g Camembert + 20 g Butter Tee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.
Tomatensuppe (27) Rehbraten (101) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Preißelbeeren (475).	Tee + 25 g Rahm 30 g ger. Lachs + 20 g Butter.	Kalbshirn in Sulz (240) Kopfsalat I (381) 15 g Roquefort + 15 g Butter Tee + 25 g Rahm.
Bouillon mit Ei (4) Schnitzel (69) Schmorgurke (337) Johannisbeeren (477).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Tomatengemüse (335) ½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Bouillon (1) Schweinefleisch mit Gelbrüben (86) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Gefüllte Eier (255) Aufschnitt V (205) Endiviensalat I (385) Tee + 25 g Rahm.
Morchelsuppe (43) Schlei (166) + Dilltunke (419) Erdbeeren (474).	Kaffee + 25 g Rahm.	Grüne Erbsen (334) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Tomatensuppe (27) Beefsteak (61) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter ½ Rahmspeise m. Kakao (510/2).	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 30 g Butter.	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter Rotwein m. Eigelb (550).
Spinatsuppe (21) Kalbsbraten (67) Pfifferlinge (360) Eiweißbrei (502).	Kakao mit Eigelb (540).	Grüne Bohnen m. Speck (327) Rührei (258) Kopfsalat I (318) Tee + 25 g Rahm.

E 100 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 265. E 100 F 175 K 25 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 30 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 266. E 100 F 175 K 25 C 2200.	Tee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier mit Speck (249) + 50 g saure Gurke.
Nr. 267. E 100 F 180 K 25 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258).
Nr. 268. E 100 F 180 K 25 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 2 gek. Eier.
Nr. 269. E 100 F 180 K 25 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Heringsalat (233/2).
Nr. 270. E 100 F 185 K 25 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 50 g Radieschen + 30 g Butter.
Nr. 271. E 100 F 190 K 25 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 272. E 100 F 190 K 25 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 30 g Butter.	Bouillon mit Ei (4) ½ Fleischsalat (231/2).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Eierstichsuppe (6) Rahmschnitzel (70) Wachsbohnen (331) Heidelbeeren (476).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Aufschnitt II (202) Gurkensalat II (392) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Rehkotelette (103) Schwarzwurzelsalat (402) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g ger. Lachs + 20 g Butter.	50 g kalter Braten 50 g saure Gurke Omelette (267) Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Rinderbraten (60) Bratenbrühe (412) Kohlrabi (323) Omelette mit Johannisbeeren (276).	Kakao mit Eigelb (540).	Aufschnitt I (201) Kopfsalat III (383) Radieschen (339).
Salatsuppe (24) Kalbsteak (68) Spinat (301) Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 20 g Butter.	½ Käseauflauf (288/2) Grüne Bohnen m. Speck (327).
Blumenkohlsuppe (26) Rebhuhn m. Sauerkraut (123).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) Rettich (340).
Ochsenschwanzsuppe (9) Huhn pan. (114) Tomatensalat (399) Aprikosen (481).	Kaffee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 15 g Butter.	Zander m. Rahm (173) Schmorgurke m. Speck (337) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Kalbsteak (68) Schmorgurke I (337) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Aufschnitt I (201) Bohnensalat (393) Radieschen (339).
Roterübensuppe (30) Kalbskotelette (71) Wirsing (320) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Kohlrüben mit Speck (344) 30 g Camembert + 20 g Butter.

E 100 K 25.	**I. Frühstück.**	**II. Frühstück.**
Nr. 273. E 100 F 200 K 25 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 274. E 100 F 200 K 25 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon (1) ½ Fleischsalat (231/2).
Nr. 275. E 100 F 210 K 25 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 10 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 276. E 100 F 210 K 25 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Kalbshirnbrei (230/2).
Nr. 277. E 100 F 210 K 25 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Endiviensalat I (285).
Nr. 278. E 100 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon mit Ochsenmark (3) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 279. E 100 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter Kopfsalat I (381).
Nr. 280. E 100 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) Rettich (340).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Einlaufsuppe (5) Schellfisch geb. (163) Grüne Erbsen (334) Johannisbeeren (477).	Tee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) Kopfsalat III (383) Radieschen (339).
Spinatsuppe (21) Kalbsteak (68) Pfifferlinge (360) ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 15 g Butter.	Rührei (258) ½ Aufschnitt (201) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Deutsches Beefsteak von Kalb (194) Gelbe Rüben (346) Äpfel (469).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkrautauflauf (290) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Matjeshering (240) Gurkensalat I (391) Ochsenfleisch (56) Kohlrabi (323) Heidelbeeren (476).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Zwiebelsuppe (28) Beefsteak (61) Rosenkohl (314) + 20 g zerl. Butter Omelette m. Äpfeln (274).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Gek. grüner Hering (142) Sauerkraut (318).
Selleriesuppe (31) Kalbsbraten (67) Gelbrüben geschmort (348) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	Hecht gek. (136) + 30 g zerl. Butter Blumenkohlsalat I (397).
Einlaufsuppe (5) Rahmschnitzel (70) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Omelette (267) Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Spinat (301) Setzeier (248) Radieschen (339).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Schweinebraten (87) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g ger. Lachs + 20 g Butter.	Rührei mit Schinken (260) Kopfsalat I (381) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.

E 100—105 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 281. E 100 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 gek. Ei.
Nr. 282. E 100 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Tomate mit Fleisch (336).
Nr. 283. E 100 F 225 K 25 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon m. Eigelb (548) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 284. E 100 F 225 K 25 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 285. E 100 F 225 K 25 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 286. E 100 F 225 K 25 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rührei mit Käse (263).
Nr. 287. E 100 F 235 K 25 C 2800.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 288. E 105 F 160 K 25 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Fleischsalat (231/2) Bouillon (1).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot
Sauerampfersuppe (22) Schweinsfilet (88) Spargel (299) + Diab.-Tunke (420 a) Omelette (267).	Diab.-Milch (536) Heidelbeeren (476).	Hühnerfleischbrei (228) Feldsalat (388) Tee + 25 g Rahm.
Krebssuppe (19) Rebhuhn (122) Rotkraut (313) Apfelbrei (470).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kalbshirn in Sulz (240) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Hammelkeule (82) Zwiebeltunke (440) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Frankfurter Würstchen (1 Paar) Bayrisch Kraut (319) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Beefsteak (61) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Zitronenauflauf (499).	Tee + 50 g Rahm 30 g gek. Zunge + 20 g Butter.	1 Setzei (248/2) Grüne Bohnen (324) + 30 g Butter Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Sauerbraten (64) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Spinatauflauf (292) + Diab.-Tunke (420 a) Kopfsalat I (381).
Tomatensuppe (27) Gans gedünstet (120) Sauerkraut (318) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm.	Kalbshirnbrei (230) Endiviensalat I (385) Tee + 25 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Rehfilet (102) Tomatengemüse (335) Rahmspeise mit Pfirsich (514).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Aal gek. (129) Gurkensalat I (391) Käse in Sulz (497).
Salatsuppe (24) Poulardenbrust (110) Gelbe Rüben (346) Reineclauden (485).	Kaffee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	2 gek. Eier + Specktunke (436) ½ Aufschnitt I (201/2) 100 g saure Gurke.

E 105 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 289. E 105 F 160 K 25 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon m. Ei (549) ½ Aufschnitt I (201/2) 50 g saure Gurke.
Nr. 290. E 105 F 165 K 25 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	200 g Most Rettich (340).
Nr. 291. E 105 F 165 K 25 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier auf Speck (259).	Bouillon (1). 30 g kalter Braten + 30 g saure Gurke
Nr. 292. E 105 F 170 K 25 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).
Nr. 293. E 105 F 170 K 25 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Diab.-Milch (536) Birnen (472).
Nr. 294. E 105 F 175 K 25 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 295. E 105 F 180 K 25 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) Spinat (301).
Nr. 296. E 105 F 180 K 25 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Blumenkohlsuppe (26) Hammelkotelette (83) Prinzeßbohnen (330) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	1 gek. Ei Sauerampfer m. Speck (308) Heidelbeeren (476).
Einlaufsuppe (5) Rahmschnitzel (70) Sauerampfer (307) Stachelbeercreme (526).	Tee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Aufschnitt III (203) Gurkensalat II (392) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Gemüsesuppe (35) Hammelfleisch (77) Meerrettich (427) Apfelkompott (470).	Milchkakao mit Eigelb (542).	1 gek. Ei Rotzunge geb. (158) + Remoulade (433) Tee + 25 g Rahm.
Gelbe Rübensuppe (29) Roulade von Ochsenfleisch (63) Spargel (299) + 30 g zerl. Butter Stachelbeercreme (526).	Kaffee + 25 g Rahm.	Aufschnitt I (201) Bohnensalat (393).
Sauerampfersuppe (22) Kalbsbraten (67) Kohlrabi (323) Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt VIII (208) Gurkensalat I (391) Omelette (267).
Einlaufsuppe (5) Ochsenfleisch gek. (56) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Omelette m. Lachs (269).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier m. Tomate (250) Blumenkohlsalat (397) Tee + 25 g Rahm Aprikosenkompott (481).
Fischsuppe (18) Kalbsbraten (67) Wirsing (320) Eiweißbrei (502).	Kakao mit Eigelb (540) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	½ Bratwurst (200/2) Rührei (258) Sauerkrautsalat (400).
Einlaufsuppe (5) Kalbsbrust (73) Kopfsalat III (383) Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Spinat (301) Setzeier (248) Radieschen (339).

E 105 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 297. E 105 F 180 K 25 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Aufschnitt I (201/2) 50 g saure Gurke.
Nr. 298. E 105 F 180 K 25 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ochsenmark (3) Marin. Hering (145) 50 g saure Gurke.
Nr. 299. E 105 F 180 K 25 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 50 g Radieschen + 30 g Butter.
Nr. 300. E 105 F 185 K 25 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.-Milch (536) 50 g Rettich + 30 g Butter.
Nr. 301. E 105 F 185 K 25 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (549) 30 g kalter Braten + 20 g Butter + 20 g Gurke.
Nr. 302. E 105 F 190 K 25 C 2325.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 303. E 105 F 190 K 25 C 2325.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248)	Bouillon mit Ei (549) Tomatensalat (399).
Nr. 304. E 105 F 195 K 25 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381)

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Blumenkohlsuppe (26) Schweinsfilet (88) Kopfsalat III (383) Omelette (267) Heidelbeeren (476).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	1 gek. Ei Sauerampfer m. Speck (308) Diab.-Milch mit Eigelb (538).
Einlaufsuppe (5) Schweinskotelette (89) Bayrisch Kraut (319) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Setzeier (248) Aufschnitt VII (207) Roterübensalat (395).
Tomatensuppe (27) Schweinskotelette, pan. (90) Bohnensalat (393) Kirschen (487).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Spargel (299) + Diab.-Tunke (420 a) Omelette (267).
Einlaufsuppe (5) Roastbeef (62) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Omelette mit Johannisbeeren (276).	Tee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Kopfsalat III (383) Tee + 25 g Rahm.
Roterübensuppe (30) Rahmschnitzel (70) Endivienpüree (305) Apfelbrei (469).	Tee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Spinat mit Speck (302) 50 g gek. f. Schinken 30 g Salzgurke 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Spinatsuppe (21) Schweinebraten (87) Rotkraut (313) Apfelbrei (469).	Tee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt III (203) Omelette (267) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Pökelfleisch mit Weißkraut (91) Weinschaum (501).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Matjeshering (144) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Einlaufsuppe (5) Sauerbraten (64) Kohlrübengemüse (343) Apfel (469).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter 50 g gek. f. Schinken.

E 105 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 305. E 105 F 200 K 25 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon (1) ½ Aufschnitt I (201).
Nr. 306. E 105 F 200 K 25 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	200 g Most Rettich (340).
Nr. 307. E 105 F 205 K 25 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	30 g kalter Braten + 20 g Butter Gurkensalat I (391).
Nr. 308. E 105 F 210 K 25 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken.	Bouillon (1) Setzeier (248) + Kopfsalat I (381).
Nr. 309. E 105 F 210 K 25 C 2550.	Kaffee + 50 g Rahm.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 310. E 105 F 215 K 25 C 2600.	Tee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) Eiersalat mit Sardinen (257).
Nr. 311. E 105 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 312. E 105 F 220 K 25 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon mit Ochsenmark (3) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Einlaufsuppe (5) Ochsenfleisch gek. (56) Zwiebeltunke (440) Rettichgemüse (340).	Tee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	Sauerkraut (318) ½ gebr. Speck (99/2) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Eierstichsuppe (6) Schweinskotelette (89) Rotkraut (313) Weinschaum (501).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Blumenkohlsuppe (26) Hammelkotelette (83) Bearnetunke (414) Zwetschgen (483).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).
Zwiebelsuppe (28) Rahmschnitzel (70) Gelbe Rüben (346) Eiweißbrei (502).	Tee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Rettich (340).
Endiviensuppe (25) Schweinskotelette (89) Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Heidelbeeren (476).	Kaffee schwarz Rahmcreme (503).	Aufschnitt I (201) 50 g saure Gurke Eiersalat (256).
Spinatsuppe (21) Kalbskotelette (71) Blumenkohl (311) + Haselnußtunke (431) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter.
Austern (176) Taube geb. (118) Gurkensalat II (392) Rahmspeise mit Pfirsich (514).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Omelette mit Morcheln (273) Kalbshirn in Sulz (340) Spargelsalat (396).
Selleriesuppe (31) Kalbsbraten (67) Wirsing (320) Russische Creme (507).	Tee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	Hecht gek. (136) + 30 g zerl. Butter Blumenkohlsalat I (397) 1 Setzei (248/2).

E 105—110 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 313. E 105 F 220 K 25 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 2 gek. Eier.
Nr. 314. E 105 F 220 K 25 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 315. E 105 F 225 K 25 C 2725 Alk. 10.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 10 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 316. E 105 F 230 K 25 C 2725.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (548) 50 g Rettich + 20 g Butter.
Nr. 317. E 105 F 235 K 25 C 2800.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) Kalbshirnbrei (230).
Nr. 318. E 105 F 260 K 25 C 3000.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkrautsalat (400) ½ gebr. Speck (99/2).
Nr. 319. E 110 F 170 K 25 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Fleischsalat (231).
Nr. 320. E 110 F 180 K 25 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon (1) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Schweinskotelette (pan.) (90) Rosenkohl (314) + Diab.-Tunke (420 a) Apfelbrei (469).	Milchkakao mit Eigelb (542).	Rührei mit Bücklingen (262) Kopfsalat I (381) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Zwiebelsuppe (28) Schweinskotelette (pan.) (90) Bayrisch Kraut (319).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) Diab.-Tunke (420 a) Kopfsalat I (381).
Käsesuppe (44) Rotzunge geb. (158) + Remoulade (433) Apfel (469).	Tee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Spinatauflauf (292) Rotwein m. Eigelb (550)
Sauerampfersuppe (22) Kalbskotelette (71) Schmorgurke (337) Rahmspeise mit Kaffee (509).	Tee + 25 g Rahm 30 g Salami + 20 g Butter.	Matjeshering (144) Grüne Bohnen m. Speck (327) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Spinatsuppe (21) Schweinskotelette (89) Kohlrübengemüse (343) Äpfel (469).	Tee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Rührei mit Schweizerkäse (263) Kopfsalat I (381) Rettich (340).
Ochsenschwanzsuppe (9) Merlan (154) Blumenkohlsalat II (398) Omelette mit Kirschen (277).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 10 g Butter.	Hühnerfleischbrei (228) Tomatengemüse (335) Tee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 20 g Butter.
Einlaufsuppe (5) Deutsches Beefsteak (193) Rosenkohl (314) + 20 g zerl. Butter Buttermilchcreme (504).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381) Preißelbeerkompott (475).
Sauerampfersuppe (22) Schweinsfilet (88) Schmorgurken (337) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	½ Käseauflauf (287/2) Omelette mit Johannisbeeren (276).

E 110 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 321. E 110 F 185 K 25 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 322. E 110 F 185 K 25 C 2325.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Nr. 323. E 110 F 195 K 25 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 324. E 110 F 195 K 25 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter.
Nr. 325. E 110 F 200 K 25 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Gefüllte Eier (255).
Nr. 326. E 110 F 205 K 25 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 327. E 110 F 205 K 25 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) Bratwurst (200) Kopfsalat I (381).
Nr. 328. E 110 F 210 K 25 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier m. Speck (249).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Fischsuppe (18) Kalbsteak (68) ½ Grünkohl (312/2) Russische Creme (507).	Kaffee + 50 g Rahm.	Bratwurst (200) Kopfsalat I (381). Rettich (340)
Selleriesuppe (31) Zungenragout (212) Spinat (301) Zitronencreme (508).	Kaffee + 25 g Rahm.	Kabljau geb. (148) Kopfsalat I (381) Äpfel (469).
Blumenkohlsuppe (26) Pökelfleisch mit Kohlrüben (93) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Sauerkrautauflauf (290) Rettich (340).
Ochsenfleischsuppe (8) Schellfisch geb. (163) + Diab.-Tunke (420 a) Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 30 g Butter.	Rührei mit Morcheln (266) Kopfsalat I (381) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Salatsuppe (24) Kalbsbraten (67) Schmorgurke (337) Roterübenpüree (342) Weinschaum (501).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Matjeshering (144) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Zwiebelsuppe (28) Kalbfleisch gek. (66) Rosenkohl (314) + Diab.-Tunke (420 a) Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) + Diab.-Tunke (420 a) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Schweinsfilet (88) Bayrisch Kraut (319) Russische Creme (507).	Milchkakao mit Eigelb (542).	Omelette mit Spinat (271) Rettich (340) Tee + 20 g Diab.-Milch
Bouillon (1) Hasenbraten (106) Rotkraut (313) Bratäpfel (529).	Kaffee + 25 g Rahm.	½ Fleischauflauf mit Käse (289/2) Kopfsalat II (382).

E 110—115 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 329. E 110 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Kohlrübengemüse mit Speck (344) Bouillon mit Ei (549).
Nr. 330. E 110 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouillon mit Ei (549) 30 g Schinken + 20 g Butter.
Nr. 331. E 110 F 225 K 25 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 332. E 110 F 225 K 25 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Bratwurst (200) Kopfsalat I (381).
Nr. 333. E 115 F 170 K 25 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon mit Ei (549) Radieschen (339).
Nr. 334. E 115 F 170 K 25 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Grüne Bohnen mit Speck (327).
Nr. 335. E 115 F 195 K 25 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon (1) 30 g kalter Braten + 20 g Butter + 20 g saure Gurke.
Nr. 336. E 115 F 195 K 25 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Roterübensuppe (30) ½ Spinatauflauf (292/2) Schnitzel (69) Rettichgemüse (340).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	½ Spinatauflauf (292/2) Aufschnitt I (201) Kopfsalat I (381).
Einlaufsuppe (5) Pökelfleisch mit Sauerkraut (92) Äpfel (469).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter.
Blumenkohlsuppe (26) Hammelkotelette (83) Zwiebeltunke (440) Apfelbrei (470).	Tee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Grüner Hering gebrat. (143) Sauerkraut (318).
Zwiebelsuppe (28) Schweinskotelette (89) Weißkraut (315) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Butter.	½ Rührei mit Spinat und Käse (265) ½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Ochsenfleisch gek. (56) Sauerampfer (307) Eierkuchen mit Äpfeln (281).	Kakao mit Eigelb (540) 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Aufschnitt V (205) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Kalbsteak (68) Salat mit Tomatentunke (304) Eiweißbrei (502).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Gurkensalat I (391) 50 g Radieschen + 30 g Butter.
Einlaufsuppe V Roastbeef (62) Wirsing (320) Omelette m. Äpfeln (274).	Kakao (539) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) 100 g gek. f. Schinken Tee + 25 g Rahm.
Gebrannte Suppe (47) Sauerbraten (64) Spargeln (299) + Diab.-Tunke (420 a) Stachelbeeren (480).	Kakao m. Eigelb (540) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rührei mit Bücklingen (262) Kopfsalat I (381).

E 115 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 337. E 115 F 195 K 25 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Quarkkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 1 gek. Ei.
Nr. 338. E 115 F 200 K 25 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Aufschnitt I (201/2) 50 g saure Gurke.
Nr. 339. E 115 F 200 K 25 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Marin. Hering (145) 50 g saure Gurke.
Nr. 340. E 115 F 200 K 25 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) Marin. Hering (145) + 30 g saure Gurke.
Nr. 341. E 115 F 205 K 25 C 2550.	Milchkakao mit Eigelb (542).	200 g Most Rettich (340).
Nr. 342. E 115 F 205 K 25 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Eiersalat mit Sardine (257).
Nr. 343. E 115 F 210 K 25 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Grüne Bohnen mit Speck (327).
Nr. 344. E 115 F 220 K 25 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon mit Ei (549) Setzeier auf Speck (249).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Gebrannte Suppe (47) Hammelkeule (82) Weißkraut (315) Äpfel (469).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Schellfisch gek. (161) + 30 g zerl. Butter Spinat mit Speck (302).
Tomatensuppe (27) Roulade v. Ochsenfleisch (63) Stangenspargel (299) + Diab.-Tunke (420 a) Apfelbrei (470).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Matjeshering (144) Feldsalat II (389).
Spargelsuppe (20) Kalbskotelette (71) Spinat (301) Erdbeeren mit Schlagrahm (525).	Tee, schwarz Eiersalat (445).	Stangenspargel (299) + 30 g Butter Schinken gek. (94).
Salatsuppe (24) — Schweinskotelette (89) Selleriesalat (403) Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Aufschnitt I (201) Spinat (301).
Eierstichsuppe (6) Kalbskotelette (71) Weißkraut (315) Weinschaum (501).	Kaffee + 25 g Rahm 50 g gek. f. Schinken.	Setzei (248) Spinat mit Speck (302) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Sauerampfersuppe (22) Hammelkotelette (83) Grüne Erbsen (334) Stachelbeeren (480)	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 30 g Butter.	Omelette mit Spinat (271) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Käsesuppe (44) Sauerbraten (64) Spinat (301) Omelette mit Johannisbeeren (275).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	½ Aufschnitt I (201/2) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Fischsuppe (18) Rahmschnitzel (70) Spinat (301) Apfelbrei (469).	Tee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 30 g Butt.	Auflauf von Kalbshirn (285). Endiviensalat I (385).

E 115—120 K 25.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 345. E 115 F 230 K 25 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Grüne Bohnen (kons.) mit Speck (328).
Nr. 346. E 120 F 190 K 25 C 2400.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Geflügelsalat (232/2)
Nr. 347. E 120 F 200 K 25 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302)
Nr. 348. E 120 F 205 K 25 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 349. E 120 F 215 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm.	Rührei mit Schinken (260) Bouillon (1).
Nr. 350. E 120 F 220 K 25 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (549) Spinat mit Speck (302).
Nr. 351. E 120 F 220 K 25 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 352. E 120 F 240 K 25 C 2825.	Tee + 25 g Rahm 30 g Quark + 20 g Butter.	Bouillon (1) Marin. Hering (145) 50 g saure Gurke.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Eierstichsuppe (6) Sauerbraten (64) Wirsing (320) Omelette m. Äpfeln (274).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier mit Bratwurst (253) Kopfsalat I (381).
Gemüsesuppe (35) Deutsches Beefsteak (193) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 15 g Butter.	Omelette mit Spinat (271) Schmorgurke (338).
Einlaufsuppe (5) Schweinebraten (87) Bratentunke (412) Weißkraut (315) Zitronenauflauf (499).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Blumenkohlauflauf (392) Kopfsalat I (381).
Sauerampfersuppe (22) Sauerbraten (64) Schmorgurke (338) Omelette mit Johannisbeeren (276).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Aufschnitt III (203) Bohnensalat (393).
Gebrannte Suppe (47) Schweinskotelette (89) Rotkraut (313) Preißelbeeren (475).	Tee + 25 g Rahm ½ Aufschnitt V (205/2).	Matjeshering (144) Grüne Erbsen (333).
Zwiebelsuppe (28) Schnitzel (69) Rosenkohl (314) + Buttermehltunke (417).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Rotzunge geb. (158) + Remoulade (433) Endiviensalat I (385).
Rotzunge geb. (158) Remoulade (433) Kalbskotelette (71) ½ Grünkohl (312/2).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkrautauflauf (290) Rettich (340).
Tomatensuppe (27) Ochsenfleischragout (209) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Sauerkraut (318) Speck (99) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.

K 25—30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 353. E 120 F 260 K 25 C 3100.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Käseauflauf (288) Kopfsalat I (381).
Nr. 354. E 125 F 165 K 25 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 40 g Lachsschinken + 20 g Butter.	Eiersalat mit Sardinen (257) Bouillon (1).
Nr. 355. E 125 F 195 K 25 C 2575.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Schinken + 20 g Butter.	Diab.=Milch (536) 2 gek. Eier.
Nr. 356. E 125 F 200 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon (1) Bratwurst (200) Kopfsalat I (381).
Nr. 357. E 125 F 235 K 25 C 2950.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 358. E 130 F 210 K 25 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.=Milch mit Eigelb (538) Rettich (340).
Nr. 359. *) E 65 F 190 K 30 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 360. E 75 F 160 K 30 C 2000 A 10.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Mondaminbrei (378/2).

*) Anm. Durch Zulage von kohlehydrathaltigen Gerichten und Nahrungsmitteln zu den Verordnungen mit 10, 15 und 20 g Kohlehydraten läßt sich die Zahl der Menus mit 30, 35 und 40 g Kohlehydraten leicht vermehren.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Salatsuppe (24) Schweinskot. pan. (90) Gelbe Rüben (346) Kaffeerahmspeise (509).	Diab.-Milch mit Eigelb (538) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) ½ Aufschnitt V (205/2) 20 g Camembert + 20 g Butter.
Geflügelsuppe (14) Hammelkotelette (83) Grüne Bohnen (326) Apfel-Apfelsinen (471).	Kaffee + 25 g Rahm.	Omelette mit Champignon (372) 50 g gek. s. Schinken.
Spinatsuppe (21) Beefsteak (61) Schmorgurke (337) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ gek. Kabljau (146/2) Grüne Erbsen (334) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Zwiebelsuppe (28) Rahmschnitzel (70) Grüne Bohnen (324) + 20 g zerl. Butter Buttermilchcreme (504).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse.	Setzeier auf Speck (249) Käseauflauf (288) Kopfsalat I (381) Radieschen (339).
Käsesuppe (44) Hammelragout (215) Apfelbrei (30).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Kohlrüben mit Speck (344) Weinschaum (501).
Fischsuppe (18) Ochsenfleisch gek. (56) Spinat mit Speck (302) Buttermilchcreme (504).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rührei mit Schinken (260) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Deutsches Beefsteak von Kalb (194) Spinat (301) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Deutsches Beefsteak (193) Gurkensalat I (391) Rhabarberkompott (473).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier (248) Spinat (301) Rotwein m. Eigelb (550)

E 75—85 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 361. E 75 F 170 K 30 C 2025.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkrautsalat (400) 1/2 Speck (99/2).
Nr. 362. E 80 F 175 K 30 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) 25 g Ölsardinen.
Nr. 363. E 80 F 190 K 30 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (548) 30 g Mettwurst.
Nr. 364. E 80 F 200 K 30 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich + Butter (340).
Nr. 365. E 85 F 160 K 30 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) 25 g Ölsardinen.
Nr. 366. E 85 F 170 K 30 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 367. E 85 F 175 K 30 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) Radieschen (339).
Nr. 368. E 85 F 185 K 30 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (548) 30 g Mettwurst.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouillon mit Ei (4) Schweinskotelette (89) Rettichgemüse (340) 50 g saure Gurke Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	2 gek. Eier. Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter.
Roterübensuppe (30) Zwiebeltunke (440) Rettichgemüse (340) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) 1/2 Gebr. Speck (99/2).
Selleriesuppe (31) Kalbsroulade (72) Pilzmus (362) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Camembert + 10 g Butter.	Frankfurter Würstchen 1 Paar Bayrisch Kraut (319) Tee + 25 g Rahm.
Roterübensuppe (30) Deutsches Beefsteak von Kalb (194) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Setzei (248) Kopfsalat I (381).
Roterübensuppe (30) Sauerbraten (64) Wirsing (320) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm Apfelbrei (469).	Sauerkraut (318) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Roterübensuppe (30) Kalbsbraten (67) Kohlrübengemüse (343) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Gemüsesuppe (35) Deutsches Beefsteak von Kalb (194) Kohlrabi (322) Heidelbeeren (476).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Beefsteak (61) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 10 g Butter.	Frankfurter Würstchen 1 Paar Bayrisch Kraut (319) Tee + 25 g Rahm.

E 85—95 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 369. E 85 F 185 K 30 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Spinat mit Speck (302) Bouillon (1).
Nr. 370. E 85 F 190 K 30 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	200 g Most 50 g Rettich + 25 g Butter.
Nr. 371. E 85 F 190 K 30 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Stangenspargel (299) + 30 g zerl. Butter.
Nr. 372. E 85 F 195 K 30 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Kakao (539) 1 gek. Ei.
Nr. 373. E 90 F 165 K 30 C 2075.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 374. E 90 F 180 K 30 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) 25 g Ölsardinen.
Nr. 375. E 95 F 165 K 30 C 2075.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	30 g kalter Braten + 20 g Butter Gurkensalat I (391).
Nr. 376. E 95 F 170 K 30 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) ½ Schinken (94/2) + Kopfsalat I (381).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Zwiebelsuppe (28) Kalbsteak (68) Wirsing (320) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290).
Salatsuppe (24) Deutsches Beefsteak (193) Gelbe Rüben (346) Heidelbeerkompott (476).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Rührei mit Schinken (260) Roterübensalat (395).
Gelberübensuppe (29) Rotzunge geb. (158) Kopfsalat I (381) Buttermilchcreme (504).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Wirsing m. Speck (321) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Blumenkohlsuppe (26) Kalbsteak (68) Pommes frites (366) + Pilzmus (362).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Setzeier (248) Gurkensalat I (391) Gefüllte Tomate (336).
Spinatsuppe (21) Kalbsbraten (67) Gurkensalat II (392) ½ Rahmspeise mit Kakao (510/2).	Kaffee + 25 g Rahm Birnenkompott (472).	Aufschnitt I (201) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Roterübensuppe (30) Schweinskotelette, pan. (90) Wirsing (320) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381) Sauerkraut (318).
Blumenkohlsuppe (26) Rotzunge gek. (156) Tomatentunke (439) Zwetschgen (483).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).
Gemüsesuppe (35) Zander (169) + 30 g zerl. Butter Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Reineclauden (485).	Kaffee + 25 g Rahm.	Kalbfleischragout (211) Endiviensalat I (385).

E 95 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 377. E 95 F 175 K 30 C 2225.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon mit Eigelb (548) Setzeier (248) + 50 g saure Gurke.
Nr. 378. E 95 F 175 K 30 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 379. E 95 F 180 K 30 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Heringsalat (233).
Nr. 380. E 95 F 185 K 30 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Nr. 381. E 95 F 185 K 30 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).
Nr. 382. E 95 F 190 K 30 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 383. E 95 F 200 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	30 g kalter Braten + 20 g Butter Gurkensalat I (391).
Nr. 384. E 95 F 200 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) Sauerkraut (318) Gebr. Speck (99).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Gemüsesuppe (35) Schweinsfilet (88) Kartoffelsalat (409) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Spinat mit Speck (302/2).
Roterübensuppe (30) Kabljau (146) + Kaperntunke (424) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Schweinskotelette (89) Rosenkohl (314) + 30 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) Tomatensalat (399).
Kerbelsuppe (23) Schweinskotelette (89) Kohlrabi (323) Johannisbeeren (477).	200 g Most 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Speck + Zwiebel (100) 50 g saure Gurke 50 g gek. f. Schinken Kopfsalat I (381).
Ochsenfleischsuppe (8) Grüner Hering gebr. (141) Sauerkraut (318) Apfelbrei (470).	Tee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 25 g Butter.	Gefüllte Eier (255) ½ Aufschnitt I (201/2) Endiviensalat I (385).
Roterübensuppe (30) Kalbfleisch gek. (65) + Holländ. Tunke (422) Kopfsalat I (381) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Kalbsteak (68) Kohlrabi (322) Zwetschgen (483).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Omelette (207).
Roterübensuppe (30) Kalbsteak (68) Kohlrüben (343) Apfelbrei (470).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Schweizerkäse.	1 gek. Ei Bratwurst (200) ½ Kartoffelsalat (409/2) Kopfsalat I (381).

E 95—100 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 385. E 95 F 205 K 30 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.-Milch (536) 30 g kalter Braten + 25 g Butter + 30 g saure Gurke.
Nr. 386. E 95 F 220 K 30 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spargelsalat (396) ½ Kalbsbraten (67/2).
Nr. 387. E 95 F 220 K 30 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier auf Speck (249) + 50 g saure Gurke.
Nr. 388. E 95 F 230 K 30 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (548) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 389. E 100 F 165 K 30 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g ger. Lachs + 20 g Butter.
Nr. 390. E 100 F 165 K 30 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) 25 g Ölsardinen.
Nr. 391. E 100 F 170 K 30 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 2 gek. Eier.
Nr. 392. E 100 F 175 K 30 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter Bouillon (1).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Beefsteak (61) ½ Bratkartoffeln (365/2) Gurkensalat I (391) Russische Creme (507).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Pilzomelette (262) Rettich (340) Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Sauerbraten (64) Roterübensalat (395) Apfelbrei (470).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rotkraut (313) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Schweinsfilet (88) Bratkartoffeln (365) Sauerkraut (318) Stachelbeeren (480).	Kaffee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 20 g Butter.	50 g Roastbeef Omelette (267) Endivienfalat I (385) Tee + 25 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Schnitzel (69) Blumenkohl (311) + Diab.-Tunke (420 a) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Frankfurter Würstchen 1 Paar Bayrisch Kraut (319) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Taube (119) Apfelmus (469).	Kaffeecreme (509).	Grüne Bohnen mit Speck (327) Käse in Sulz (497) Tee + 25 g Rahm.
Roterübensuppe (30) Gek. Kalbfleisch (65) + Holländische Tunke (422) Grüne Erbsen (334) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Karpfen (149) + 25 g zerl. Butter Sauerkraut (318).
Bouillon mit Ei (4) Kalbsbraten (67) Gelbrüben (346) Rahmspeise mit Äpfeln (511).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette mit Spinat (371) Endivienfalat I (385) Rettich (340).
Grüne Erbsensuppe (33) Kalbsbraten (67) Spinat (301) Salzmandeln (494).	Tee + 25 g Rahm 30 g ger. Lachs + 20 g Butter.	Kalbshirn in Sulz (240) Kopfsalat I (381) 15 g Roquefort + 15 g Butter. Tee + 25 g Rahm.

E 100 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 393. E 100 F 175 K 30 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Kakao mit Eigelb (540).
Nr. 394. E 100 F 180 K 30 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 2 gek. Eier.
Nr. 395. E 100 F 185 K 30 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 396. E 100 F 190 K 30 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) 50 g gek. f. Schinken Tomatensalat (399).
Nr. 397. E 100 F 190 K 30 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Grüne Bohnen (324) + 30 g Butter.
Nr. 398. E 100 F 195 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Fleischsalat (231/2).
Nr. 399. E 100 F 195 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.
Nr. 400. E 100 F 195 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Kohlrüben mit Speck (344).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Kartoffelsuppe (36) Kalbsteak (68) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Eiweißbrei (502).	Kaffee + 25 g Rahm.	Rührei mit Schink. (260) Kopfsalat I (381) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Kalbshirnsuppe (11) Schweinsfilet (88) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Birnenkompott (472).	Kakao mit Eigelb (540) Mandelgebäck (493).	Aufschnitt II (302) Gurkensalat I (391) Diab.-Milch (536).
Steinpilzsuppe (41) Kalbsbrust (73) Grüne Erbsen (334) Himbeerrahmspeise (515).	Kaffee + 25 g Rahm.	Tomatengemüse (335) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Gelbrübensuppe (29) Schweinskotelette (89) Kohlrabigemüse (322) Kopfsalat I (381) Aprikosenkompott (481).	Tee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 10 g Butter.	Matjeshering (144) 50 g kalter Braten Gurkensalat I (391).
Spinatsuppe (21) Kalbfleischragout (211) 50 g saure Gurke Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	½ Aufschnitt VI (206/2) Blumenkohlsalat I (397) Rettich (340).
Endiviensuppe (25) Rinderbraten (60) Wirsing (320) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm.	Spinatauflauf (292) + Diab.-Tunke (420 a) Rettich (340).
Einlaufsuppe (5) Kalbsbraten (67) Spinat (301) Zwetschgen (483).	Kaffeecreme (503).	Omelette mit Speck (268) Kopfsalat I (381) Rettich (340).
Gelbrübensuppe (29) Kalbsteak (68) Rettichgemüse (340) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	½ Fleischbrei gedünstet (226/2) 2 gek. Eier Specktunke (436).

E 100—105 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 401. E 100 F 210 K 30 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	200 g Most 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter
Nr. 402. E 100 F 215 K 30 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) 50 g saure Gurken.
Nr. 403. E 100 F 215 K 30 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (549) Spinat mit Speck (302).
Nr. 404. E 100 F 220 K 30 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Wirsing mit Speck (321).
Nr. 405. E 100 F 225 K 30 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 406. E 100 F 230 K 30 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) + Kopfsalat I (381).
Nr. 407. E 100 F 235 K 30 C 2775.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei mit Speck (259)
Nr. 408. E 105 F 170 K 30 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Gelbrübensuppe (29) Rehbraten (101) Kopfsalat I (381) Omelette m. Äpf. (274).	Tee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 25 g Butter.	Setzeier (248) Spinat (301) Speck u. Zwiebel (100) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Schweinefleisch (84) Gek. Kartoffeln (363) Sauerkraut (318).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bratwurst (200) Rührei mit Speck (259) Kopfsalat I (381).
Kartoffelsuppe (36) Kabljau geb. (148) Endiviensalat I (385) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm. 2 gek. Eier.	Rührei mit Schink. (279) Roterübensalat (395).
Bouill. m. Ochsenmark (3) ½ Käseauflauf (287/2) Hecht gebacken (138) Mayonnaise (425) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier (248) Kopfsalat I (381) Tomatengemüse (335).
Zwiebelsuppe (28) Schweinskotelette (89) Gelbrüben geschm. (348) Äpfelrahmspeise (511).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Sauerkraut (318) 50 g gek. f. Schinken 30 g Camembert + 20 g Butter.
Steinpilzsuppe (41) Schellfisch (161) + 30 g zerl. Butter Omelette mit Preißelbeeren (275).	Kaffee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Gek. Schinken (94) Grüne Erbsen (334) Radieschen (339).
Zwiebelsuppe (28) Schweinebraten (87) Bratkartoffeln (365) Sauerkraut (318).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Aufschnitt V (205) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Gebrannte Suppe (47) Kalbsteak (68) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Gurkensalat I (391) Milch (536).

E 105 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 409. E 105 F 175 K 30 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 410. E 105 F 180 K 30 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (548) 30 g Salami.
Nr. 411. E 105 F 180 K 30 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 412. E 105 F 185 K 30 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon mit Ei (549) Gurkensalat I (391).
Nr. 413. E 105 F 185 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Fleischsalat (231/2).
Nr. 414. E 105 F 195 K 30 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Aufschnitt (201/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 415. E 105 F 195 K 30 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 1 gek. Ei.
Nr. 416. E 105 F 200 K 30 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Kalbfleischsuppe (10) Rotzunge ged. (157) Apfelbrei (469).	Tee + 25 g Rahm Rettich (340).	Sauerkrautauflauf (290) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Kalbschnitzel (69) Bratkartoffeln (365) Kopfsalat I (381) Preißelbeeren (475).	Kaffee schwarz Zitronenauflauf (499).	Felchen (131) + 20 g zerl. Butter Tomate mit Fleisch (336).
Endiviensuppe (25) Huhn (109) Gelbe Rüben (346) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	1 gek. Ei. Aufschnitt VIII (208) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Kalbfleischbrei (227) Spinat (301) 1 Setzei (248/2).	Kaffee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Matjeshering (144) Grüne Bohnen m. Speck (327).
Einlaufsuppe (5) Roastbeef (62) Gelbe Rüben (346) Kaffeerahmspeise (509).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	½ Bratkartoffeln (365/2) Roterübensalat (395) Omelette mit Preißelbeeren (275).
Blumenkohlsuppe (26) Sauerbraten (64) Weißkraut (315) ½ Rahmspeise m. Äpfeln (511/2).	Tee + 25 g Rahm Radieschen (339).	Spinatauflauf (292) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Bouillon mit Ei (4) Schweinskotelette (89) Grünkohl (312) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Kakao mit Eigelb (540) 1 gek. Ei.	Kalbshirn gebr. (188) Roterübensalat (395).
Ochsenschwanzsuppe (9) Kalbsteak (68) Gurkensalat I (391) Stachelbeercreme (526).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Blumenkohlauflauf (293) Kopfsalat I (381) Rettich (340).

E 105—110 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 417. E 105 F 200 K 30 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei 50 g Rettich + 25 g Butter.
Nr. 418. E 105 F 210 K 30 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	1 gek. Ei Tomatensalat (399).
Nr. 419. E 105 F 220 K 30 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 420. E 110 F 165 K 30 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Tomatensalat (399).
Nr. 421. E 110 F 175 K 30 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm Unibrot mit Butter und Käse (463 a).	Diab.-Milch (536).
Nr. 422. E 110 F 180 K 30 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.-Milch (536) Apfelbrei (469).
Nr. 423. E 110 F 190 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Tomatensalat (399).
Nr. 424. E 110 F 195 K 30 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Schweizersalat (411).

Nr. 417—424.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Sauerampfersuppe (22) Rahmschnitzel (70) Kohlrabi (322) Rahmspeise mit Himbeeren (515).	Tee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 15 g Butter.	Auflauf von Kalbshirn (285) Kopfsalat I (381) Heidelbeerkompott (476).
Bouillon (1) Stangenspargel (299) + 30 g zerl. Butter Hühnerfrikassee (217) Kopfsalat I (381) Omelette mit Johannisbeeren (276).	Kakao (539) Rahmspeise von Erdbeeren (513).	Rührei mit Morcheln (266) Gurkensalat I (391) Tee + 25 g Rahm.
Käsesuppe (44) Schellfisch geb. (163) Schwarzwurzeln (351) Apfelbrei (469).	Tee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Kalbshirnauflauf (285) Kopfsalat I (381) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Hühnersuppe (15) Lachs (152) + 30 g zerl. Butter. Apfelsinengelee (530).	Tee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Omelette mit Preißelbeeren (275) Tee + 25 g Rahm.
Gemüsesuppe (35) Schnitzel (69) Sauerampfer (307) Zitronencreme (509).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Setzeier mit Bratwurst (252) Kopfsalat III (383) Rettich (340).
Fischsuppe (18) Kalbsteak (68) Blumenkohl (311) + Diab.-Tunke (420 a) Weinschaum (501).	Kaffee + 25 g Rahm.	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Ochsenschwanzsuppe (9) Beefsteak (61) Blumenkohl (311) + Diab.-Tunke (420 a) Ananas (489).	Kaffee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 15 g Butter.	Zander mit Rahm (173) Schmorgurke (337) Tee + 25 g Rahm.
Bouillon mit Ei (4) Hammelkotelette (83) Zwiebeltunke (440) Omelette mit Johannisbeeren (276).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Grüne Bohnen m. Speck (327) 1 gek. Ei 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.

E 110 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 425. E 110 F 195 K 30 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).
Nr. 426. E 110 F 195 K 30 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 10 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 427. E 110 F 195 K 30 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Rettichgemüse (340) 200 g Apfelmost.
Nr. 428. E 110 F 200 K 30 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) Tomate, gefüllt (336).
Nr. 429. E 110 F 215 K 30 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier mit Speck (249) + 50 g saure Gurke.
Nr. 430. E 110 F 215 K 30 C 2625.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) ½ Heringsalat (233/2).
Nr. 431. E 110 F 220 K 30 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Sauerkraut (318) ¼ Speck (98/4).
Nr. 432. E 110 F 220 K 30 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon m. Eigelb (547) 30 g kalter Braten + 20 g Butter Feldsalat I (388).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Salatsuppe (24) Sauerbraten (64) Gelbe Rüben (346) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm Preißelbeeren (475).	Käseauflauf (287) Endiviensalat I (285).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Rahmschnitzel (70) Rettichgemüse (340) Gurkensalat I (391) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Blumenkohlauflauf (293) Kopfsalat I (381) 30 g Camembert + 15 g Butter.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Schweinskotelette (pan.) (90) Wachsbohnen (331) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	2 harte Eier + Remoulade (433) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter.
Zwiebelsuppe (28) Kalbsteak (194) Sauerampfer (307) Zwetschgenkompott (484).	Kakao mit Eigelb (540) 1 gek. Ei + 10 g Butt.	Aufschnitt III (203) Gurkensalat II (392) 30 g Camembert + 20 g Butter.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Kalbschnitzel (69) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g ger. Lachs + 20 g Butter.	50 g kalter Braten + 50 g saure Gurke Omelette (267) Schwarzwurzelsalat (402) Tee + 25 g Rahm
Steinpilzsuppe (41) Fasan mit Sauerkraut (125) Kaffeegefrorenes I (514).	Tee + 25 g Rahm Unibrot mit Tomaten (467 a).	Gefüllte Eier (255) Blumenkohlsalat (397) 30 g Zunge + 20 g Butter.
Bouillon mit Ei (4) Kalbsroulade (72) Schmorgurke (337) Äpfel in Gelee (503).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Rührei mit Spinat und Käse (265) Kopfsalat I (381).
Spinatsuppe (21) Beefsteak (61) Kohlrabi (322) Stachelbeerkompott (480).	Tee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bohnen mit Speck (327) Omelette (267).

E 110—115 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 433. E 110 F 220 K 30 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Diab.-Milch mit Eigelb (538).
Nr. 434. E 110 F 235 K 30 C 2900.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon mit Ochsenmark (3) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 435. E 115 F 160 K 30 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 2 gek. Eier + Remoulade (433).
Nr. 436. E 115 F 170 K 30 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Marin. Hering (145) + 30 g saure Gurke.
Nr. 437. E 115 F 180 K 30 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Fleischsalat (231).
Nr. 438. E 115 F 190 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Diab.-Milch (536) 2 gek. Eier.
Nr. 439. E 115 F 190 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 440. E 115 F 205 K 30 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Tomate, gefüllt (336).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Salatsuppe (24) Roastbeef (62) ½ Bratkartoffeln (365/2) Kopfsalat I (381) Weinschaum (501).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Spinat mit Speck (302) Aufschnitt III (203) Rettich (340).
Selleriesuppe (31) Rahmschnitzel (70) Bratkartoffeln (365) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm Eiersalat (256).	Hecht gek. (136) + 30 g zerl. Butter Gurkensalat I (391).
Gemüsesuppe (35) Deutsches Beefsteak von Kalbfleisch (194) Kohlrabi (322) Johannisbeeren (477).	Kaffee + 25 g Rahm.	Aufschnitt I (201) Gurkensalat II (392).
Eierstichsuppe (6) Schweinefleisch m. Weißkraut (85) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Rührei mit Spinat und Käse (265) Apfelbrei (469).
Spinatsuppe (21) Beefsteak (61) Roterübengemüse (341) Bratkartoffeln (365).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Omelette mit Lachs (269) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Beefsteak (61) Grüne Bohnen m. Buttermehl (329) Mirabellen (486).	Kaffee + 25 g Rahm Käse in Sulz (497).	Pilzomelette (272) ½ Aufschnitt (202/2) Kopfsalat I (381).
Tomatensuppe (27) Schweinskotelette (89) Grüne Bohnen (324) + 20 g zerl. Butter Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	½ Kalbfleischbrei (226/2) Kopfsalat I (381) Radieschen (339).
Krebssuppe (19) Hackbraten (199) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kalbshirn in Sulz (240) Kopfsalat I (381) ½ Schweizersalat (411/2 Tee + 25 g Rahm.

E 115—120 K 30.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 441. E 115 F 205 K 30 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Tee + 25 g Rahm Wirsing mit Speck (321).
Nr. 442. E 115 F 210 K 30 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g kalter Braten + 20 g Butter + 30 g saure Gurke.	Diab.-Milch (536) 1 Setzei (248/2).
Nr. 443. E 115 F 230 K 30 C 2800.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	1 Setzei (248/2) ½ Spinat (301/2).
Nr. 444. E 115 F 235 K 30 C 2850.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Hühnerfleischbrei (228) Bouillon (1).
Nr. 445. E 115 F 245 K 30 C 2950	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Ölsardinen mit Eiersalat (257).
Nr. 446. E 120 F 185 K 30 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier mit Speck (249).
Nr. 447. E 120 F 195 K 30 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Diab.-Milch I (536) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Nr. 448. E 120 F 215 K 30 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Schweinskotelette (89) Sauerkrautsalat (400) Kakaorahmspeise (510).	Diab.-Milch mit Eigelb (538).	Aufschnitt I (201) Rettichgemüse (340) 2 gek. Eier (247).
Einlaufsuppe (5) Kalbsteak (68) Kohlrabi (322) Johannisbeeren (276).	Kaffeerahmspeise (509).	Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter 30 g Schweizerkäse.
Blumenkohlsuppe (26) Rotzunge gek. (156) + 30 g zerl. Butter Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 25 g Rahm 50 g Rettich + 30 g Butt.	Eierkuchen mit Speck (280) Kopfsalat I (381) Meerrettich (427).
Käsesuppe (44) Ente gedünstet (121) Weißkraut (315) Bratäpfel (524).	20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Rührei m. Bückling (262) 50 g gek. f. Schinken Endiviensalat I (385).
Endiviensuppe (25) Deutsches Beefsteak von Kalbfleisch (194) Blumenkohl (311) + Diab.-Tunke (420 a) ½ Rahmspeise m. Äpfeln (511/2).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkraut (318) ¼ Speck (98/4) 30 g Camembert + 20 g Butter ½ Rahmspeise m. Äpfeln (511/2).
Eierstichsuppe (6) Beefsteak (61) Sauerampfer (307) Kirschenkompott (487).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Tee + 25 g Rahm Blumenkohlauflauf (293) Kopfsalat I (381).
Bouillon (1) Grüne Bohnen (326) + 20 g Butter Roastbeef (62) Bratkartoffeln (365) Endiviensalat I (385) Zitronencreme (508).	Kaffee + 20 g Diab.-Milch.	Spargelauflauf (291) + Diab.-Tunke (420 a).
Aal geb. (130) Kopfsalat II (382) Gefüllte Tomate (336) Zwetschgenkompott (483).	Kakao mit Eigelb (540) Butterbrot (441).	Ente in Sulz (243) Blumenkohlsalat I (397) Tee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 15 g Butter.

K 30—35.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 449. E 120 F 225 K 30 C 2800.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 450. E 120 F 230 K 30 C 2850.	Tee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 451. E 120 F 230 K 30 C 2850.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Sauerkraut (318) Gebr. Speck (99).
Nr. 452. E 120 F 235 K 30 C 2900.	Tee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) Marin. Hering (145) 50 g saure Gurke.
Nr. 453. E 125 F 165 K 30 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon (1) Marin. Hering (145) + 50 g saure Gurke.
Nr. 454. E 125 F 200 K 30 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon mit Eigelb (548) Schwarzbrot m. Butter (441 b).
Nr. 455. E 125 F 240 K 30 C 2900.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 456. E 80 F 175 K 35 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Selleriesuppe (31) Schweinskot. pan. (90) Spinat (301) Johannisbeeren (477).	Tee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Schellfisch geb. (163) Grüne Erbsen (334).
Spinatsuppe (21) Rahmschnitzel (70) Blumenkohl (311) + Diab.-Tunke (420 a) Weinschaum (501).	Kaffee schwarz Rahmcreme (503).	Aufschnitt VI (206) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Aleuronatsuppe (45) Kalbskotelette (71) Gelbrüben geschm. (348) Apfelmus (469).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	½ Ochsenfleischragout (209/2) Roterübensalat (395) 2 gek. Eier + Remoulade (433).
Blumenkohlsuppe (26) Kalbskotelette (71) Gelbe Rüben (346) Rahmcreme (503).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Wirsingauflauf (298) 30 g zerl. Butter Rettichgemüse (340).
Gemüsesuppe (35) Schweinskotelette (89) Schmorgurke (337) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	½ Fleischauflauf mit Käse (289/2) Grüne Bohnen m. Speck (327).
Einlaufsuppe (5) Ochsenfleisch (56) + Petersilientunke (432) Omelette (267).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Matjeshering (144) ½ grüne Bohnen (324/2 + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Grüner Hering gebr. (143) Sauerkraut (318) Schnitzel (69) Selleriesalat (403).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	1 gek. Ei Aufschnitt I (201) Roterübensalat (395) Rettichgemüse (340).
Bouillon (1) Kalbsbraten (67) Bratkartoffeln (365) Kopfsalat I (381) Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Rührei mit Bückling (262) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.

E 90—100 K 35.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 457. E 90 F 205 K 35 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Aufschnitt I (201/2) Schwarzbrot m. Butter (441 b).
Nr. 458. E 90 F 205 K 35 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon mit Eigelb (548).
Nr. 459. E 95 F 200 K 35 C 2525.	Tee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	½ Mondaminbrei (378/2).
Nr. 460. E 95 F 215 K 35 C 2575.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Bouillon mit Eigelb (548) Rettich + Butter (340).
Nr. 461. E 95 F 250 K 35 C 2825.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier (248).	Bouillon (1) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 462. E 100 F 155 K 35 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Eigelb (548) 30 g Mettwurst.
Nr. 463. E 100 F 165 K 35 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier (248).	Bouillon mit Eigelb (548) Rettich (340).
Nr. 464. E 100 F 175 K 35 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 50 g Rettich mit 30 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Zwiebelsuppe (28) Ochsenfleisch (56) Kohlrabi (323) Kopfsalat I (381).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) + Diab.-Tunke (420 a) Kopfsalat I (381).
Einlaufsuppe (5) Rahmschnitzel (70) Kartoffelbrei (367) 50 g saure Gurke Omelette (267) Preißelbeeren (475).	Tee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Matjeshering (144) ½ grüne Bohnen(324/2) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Salatsuppe (24) Roulade v. Ochsenfl. (63) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Buttermilchcreme (504).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Aufschnitt I (201) Kopfsalat I (381) Radieschen (339).
Bouillon (1) Hammelbraten (81) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Bratkartoffeln (365) + Kopfsalat I (381).	Tee + 20 g Diab.-Milch 1 gek. Ei + 10 g Butter.	Rührei m. Schink. (260) Kopfsalat II (382) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter. Tee + 20 g Diab.-Milch.
Spinatsuppe (22) Sauerbraten (64) Bratkartoffeln (365) + Kopfsalat I (381).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Rührei (258) Grüne Bohnen (324) + 30 g Butter Tee + 25 g Rahm.
Gemüsesuppe (35) Kalbsbrust (73) Selleriesalat (403) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	1 Paar Frankfurter Würstchen Bayrisch Kraut (319) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Deutsches Beefsteak von Kalbfleisch (194) Schmorgurke (337) ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Tee + 2 gek. Eier Grüne Bohnen m. Speck (327).
Gemüsesuppe (35) Rehfilet (102) Pfifferlinge (360) Kaffeegefrorenes I (517).	Apfelbrei (469).	Omelette m. Lachs (269) Unibrot m. Braten und Gurke (449 a) Tee + 25 g Rahm.

E 100 K 35.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 465. E 100 F 185 K 35 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkrautsalat (400) ½ gebr. Speck (99/2).
Nr. 466. E 100 F 190 K 35 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon mit Ei (549) Spinat mit Speck (302).
Nr. 467. E 100 F 190 K 35 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	50 g gek. f. Schinken Sauerkrautsalat (400).
Nr. 468. E 100 F 190 K 35 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich m. Butter (340).
Nr. 469. E 100 F 200 K 35 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).
Nr. 470. E 100 F 205 K 35 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	30 g kalter Braten + 20 g Butter Gurkensalat I (391).
Nr. 471. E 100 F 225 K 35 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 472. E 100 F 230 K 35 C 2725.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Bouillon mit Ei (4) Schweinsfilet (88) Gelbe Rüben (346) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Blumenkohlauflauf (293) Rettich + Butter (340).
Blumenkohlsuppe (26) Rotzunge (156) Bearner Tunke (414) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bratwurst (200) ½ Kartoffelsalat (409/2) ½ Kopfsalat I (381/2) Tee + 25 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Hasenrücken (107) Preißelbeeren (475) 15 g Roquefort + 15 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm.	Setzeier auf Speck mit Tomate (250) Tee + 25 g Rahm Engl. Krusten (498).
Roterübensuppe (30) Kalbsfrikassee (210) Spinat (301) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Rehkotelette (103) Artischockensalat (404) Pfirsichkompott (482).	Kaffee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Tomate mit Fleisch gefüllt (336) Omelette mit Preißelbeeren (275) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Hackbraten (199) ½ Kartoffelsalat (409/2) ½ Kopfsalat I (381/2) Zwetschgen (483).	Tee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).
Schweinskotelette (89) Kartoffelbrei (367) Roterübensalat (395) Preißelbeeren (475).	Tee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Grüner Hering gebrat. (143) Sauerkraut (318) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Matjeshering (144) Gurkensalat I (391) Gek. Schinken (94) Burgundertunke (416) Kirschen (487).	Tee + 25 g Rahm 30 g Zervelatwurst + 20 g Butter.	Rührei mit Käse (265) Kopfsalat I (381) Radieschen (339).

E 100—110 K 35.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 473. E 100 F 240 K 35 C 2825.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Spinat mit Speck (302).
Nr. 474. E 105 F 160 K 35 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 475. E 105 F 185 K 35 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (548) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Nr. 476. E 105 F 210 K 35 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g Lachsschinken + 20 g Butter.
Nr. 477. E 110 F 165 K 35 C 2175.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei + 10 g Butter.	100 g kalter Braten (60) Gurkensalat I (391).
Nr. 478. E 110 F 180 K 35 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) Eiersalat (256).
Nr. 479. E 110 F 180 K 35 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 480. E 110 F 185 K 35 C 2375.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier auf Speck (249).	Bouillon (1) Rettich (340).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Käsesuppe (44) Schweinsfilet (88) Rotkraut (313) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Setzeier mit Schinken (251) Endiviensalat I (385) Rettich (340).
Roterübensuppe (30) Kalbfleisch gek. (66) Sardellentunke (435) Gek. Kartoffeln (364) 30 g saure Gurke Apfelbrei (469).	Milchkakao mit Eigelb (540).	Rührei mit Speck (259) Blumenkohlsalat I (397) 30 g Schweizerkäse.
Eierstichsuppe (6) Schnitzel (69) Kohlrabi (322) Stachelbeerkompott (480).	Rahmspeise mit Kaffee (509).	Grüne Bohn. mit Speck (327) Tee + 25 g Rahm Rettich (340).
Endiviensuppe (25) Rahmschnitzel vom Hirsch (104) Kartoffelbrei (367) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Spargeln (kons.) (300) + Diab.-Tunke (420 a) Omelette (267) Tee + 25 g Rahm.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Ochsenfleisch gek. (56) Grünkohl (312) Apfelbrei (469).	Kaffee schwarz 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier mit Bratwurst (252) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Kalbsbrust (73) Gelbe Rüben (346) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkrautauflauf (290) Radieschen (339) Apfelbrei (469).
Gemüsesuppe (35) Schweinskot. pan. (90) Kartoffelsalat II (409) Weingelee (506).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette (267) ½ Aufschnitt (201/2) Kopfsalat I (381).
Gelberübensuppe (29) Hammelkotelette (83) Spinat (301) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	1 gek. Ei Aufschnitt I (201) Roterübensalat (395).

E 110—115 K 35.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 481. E 110 F 190 K 35 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Bratwurst (200) Kopfsalat I (381).
Nr. 482. E 110 F 195 K 35 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (548) Kohlrübengemüse mit Speck (344).
Nr. 483. E 110 F 210 K 35 C 2575.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Tee + 25 g Rahm Rettich (340).
Nr. 484. E 110 F 240 K 35 C 2875.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 485. E 115 F 175 K 35 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Milch (536) 1 gek. Ei.
Nr. 486. E 115 F 180 K 35 C 2325.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 487. E 115 F 195 K 35 C 2450.	Kaffee + 20 g Diab.-Milch.	Bouillon (1) 2 Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 488. E 115 F 205 K 35 C 2550.	Tee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1). Tomatensalat (399).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Spinatsuppe (21) Hasenbraten (105) Rotkraut (313) Apfelbrei (469).	Kakao mit Eigelb (540) Butterbrot (441 a).	Käseauflauf (287) Endiviensalat I (385) Rettich (340)
Gelberübensuppe (29) Rahmschnitzel (70) Schmorgurke (337) Roterübensalat (395) Apfelkompott (470).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	1 gek. Ei Grüner Hering gebrat. (143) Sauerkrautsalat (400).
Spargelsuppe (20) Sauerbraten (64) Kohlrabi (323) Sauermilchcreme (505)	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Wirsing mit Speck (321) Omelette mit Johannisbeeren (276).
Bouill. m. Ochsenmark (3) Hammelkeule (82) Bratkartoffeln (365) Roterübensalat (395) Russische Creme (507).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkrautauflauf (290) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Bouillon mit Ei (4) Taube gefüllt (117) Artischocken frisch (310) Birnen (472).	Tee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Setzeier (248) Spinat (301) Tee + 25 g Rahm.
Eierstichsuppe (6) Karpfen gek. (150) Meerrettich (427) Rahmspeise m. Äpfeln (511).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Wirsingauflauf (298) Kopfsalat I (381) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.
Salatsuppe (24) Kalbskotelette (71) Kohlrabi (322) Johannisbeerkompott (477).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Blumenkohlauflauf (293) Kopfsalat I (381).
Roterübensuppe (30) Ochsenfleisch gek. (56) Meerrettich (427) Preißelbeeren (475) Kakaorahmspeise (510).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Rührei mit Schinken (260) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.

E 115 K 35.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 489. E 115 F 205 K 35 C 2550.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) 1 Setzei (248/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 490. E 115 F 210 K 35 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 2 Setzeier auf Speck (249) Kopfsalat I (381).
Nr. 491. E 115 F 220 K 35 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Bouillon (1) 2 Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 492. E 120 F 155 K 35 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Ital. Salat (234).
Nr. 493. E 120 F 175 K 35 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Nr. 494. E 125 F 215 K 35 C 2750.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 495. E 130 F 240 K 35 C 3000.	Kaffee + 25 g Rahm Zwetschgenkompott (484).	Ital. Salat (234) Bouillon (1).
Nr. 496. E 70 F 185 K 40 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Rettich (340).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Tomatensuppe (27) Roulade von Ochsenfleisch (63) Blumenkohl (311) Diab.-Tunke (420 a) Zwetschgenkompott (483).	Tee schwarz 25 g Ölsardinen 1 gek. Ei.	Spinatauflauf (292) Radieschen (339).
Blumenkohlsuppe (26) Gek. Schinken (94) Grüne Erbsen (334) Heidelbeeren (476).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Rotzunge geb. (158) Tomatentunke (439) Radieschen (339).
Einlaufsuppe (5) Kalbsteak (68) Gelbe Rüben geschmort (348) Salzmandeln (494).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Blumenkohlauflauf (293) Endiviensalat I (385).
Bouillon (1) Kalbsteak (68) Pommes frites (366) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Gek. Schinken (95) Blumenkohl (311) Nußtunke (430).
Grüner Hering gek. (142) + 30 g zerl. Butter Kalbsnieren geb. (191 b) ½ Bratkartoffeln (365) Eiweißbrei (502).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Quark + 20 g Butt.	½ Hammelragout (215) Schmorgurke (337) Tee + 25 g Rahm.
Morchelsuppe (43) Zander geb. (170) Gurkensalat I (391) Gefrorener Rahm mit Kakao (519).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Aufschnitt VIII (208) Prinzeßböhnchen (330) Salzmandeln (494) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Rehkotelette (103) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Kaffeecreme (509).	Diab.-Milch mit Eigelb (538) 30 g Salamiwurst + 20 g Butter.	Eier mit Bratwurst(252) Kopfsalat I (381)
Roterübensuppe (30) Kalbsbraten (67) Grünkohl (312) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Sauerkrautauflauf (290) Setzeier (248) Kopfsalat I (381).

E 70—90 K 40.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 497. E 80 F 150 K 40 C 1900.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Schwarzbrot m. Edamerkäse (463 b) Bouillon (1).
Nr. 498. E 85 F 155 K 40 C 1950.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier (248).	Bouillon m. Eigelb (548) Rettich m. Butter (340).
Nr. 499. E 90 F 155 K 40 C 2025.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Tomatensalat (399) 50 g gek. f. Schinken.
Nr. 500. E 90 F 165 K 40 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.-Milch (536).
Nr. 501. E 90 F 185 K 40 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouillon m. Eigelb (548) Rettich (340).
Nr. 502. E 90 F 190 K 40 C 2400.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) Rettich (340).
Nr. 503. E 90 F 250 K 40 C 2950.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier (248) 50 g saure Gurke.
Nr. 504. E 95 F 175 K 40 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) 2 gek. Eier.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Spinatsuppe (21) Ochsenfleisch (56) Gurkensalat I (391) Birnen (472)	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei	Omelette (267) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Ochsenfleisch (56) Kohlrabi (323) ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Tee, schwarz Grüne Bohnen m. Speck (327) 2 gek. Eier.
Suppe mit Ochsenfl. (8) Gek. Hecht (136) + 30 g zerl. Butter Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	1 gek. Ei Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Pommes frites (366).
Spinatsuppe (21) Deutsches Beefsteak (193) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Kirschenkompott (487).	Kakao mit Ei (540).	Blumenkohlauflauf (293) Rettich (340).
Blumenkohlsuppe (26) Beefsteak (61) Weißkraut (315) ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Grüne Bohn. mit Speck (327) 2 gek. Eier.
Spinatsuppe (21) Gek. Kalbfleisch (66) Bratkartoffeln (365) Petersilientunke (432) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Mettwurst + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Bouillon (1) Gans ged. (120) Bratkartoffeln (365) ½ Champignontunke (418/2) Bratäpfel (529).	Tee + 25 g Rahm 30 g kalter Braten + 20 g Butter + 20 g saure Gurke.	Geb. Schleie (167) Gurkensalat I (391) Tee + 25 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Roastbeef (62) Kartoffelbrei (367) + 50 g saure Gurke Preißelbeerkompott (475).	Kakao mit Eigelb (540).	Rotzunge gek. (156) + Diab.-Tunke (420 a) Grüne Erbsen konf. (333)

E 95—100 K 40.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 505. E 95 F 175 K 40 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Unibrot mit Butter (441 a) Apfelbrei (469) Diab.-Milch (536).
Nr. 506. E 95 F 180 K 40 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Bouillon (1) Kohlrüben mit Speck (344).
Nr. 507. E 95 F 205 K 40 C 2500.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 50 g Radieschen + 25 g Butter.
Nr. 508. E 95 F 215 K 40 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	30 g kalter Braten + 20 g Butter Gurkensalat I (391).
Nr. 509. E 100 F 165 K 40 C 2100.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Kakao m. Eigelb (540).
Nr. 510. E 100 F 185 K 40 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm Schwarzbrot mit Butter (441 b).	Bouill. mit Eigelb (548) Setzeier (248) 50 g saure Gurke.
Nr. 511. E 100 F 205 K 40 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm.	Bouillon (1) Setzeier (248) + Kopfsalat I (381).
Nr. 512. E 100 F 215 K 40 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouill. mit Eigelb (548) Rettich (340).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Spinatsuppe (21) Schnitzel (69) Wirsing (320) ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Matjeshering (144) 1 gek. Ei.
Roterübensuppe (30) Schweinskotelette (89) Wirsing (320) Apfelmus (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Quark + 20 g Butt.	Bratwurst (200) ½ Kartoffelsalat (409/2) ½ Kopfsalat I (381/2).
Kartoffelsuppe (36) Hammelkotelette (83) Spinat (301) Gurkensalat I (391) Erdbeeren mit Schlagrahm (525).	Kaffeegefrorenes (518).	Gefüllte Eier (255) Kopfsalat I (381) 50 g kalter Braten.
Blumenkohlsuppe (26) Schweinskot. pan. (90) Bratkartoffeln (365) Tomatensalat (399) Zwetschgenkompott (483).	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Omelette (267).
Tomatensuppe (27) Sauerbraten (64) ½ Bratkartoffeln (365/2) Kopfsalat III (383) Kirschenkompott (487).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) Rettich (340).
Gemüsesuppe (35) Gek. Ochsenfleisch (56) Wirsing (320) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Aufschnitt I (201) Spinat mit Speck (302).
Reissuppe (50) Sauerbraten (64) Blumenkohl (311) + Diab.-Tunke (420 a) Preißelbeerkompott (475).	Tee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 25 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Aufschnitt I (201) Bohnensalat (393).
Blumenkohlsuppe (26) Sauerbraten (64) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Tee schwarz Spinat mit Speck (302) 2 gek. Eier.

E 100—110 K 40.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 513. E 100 F 225 K 40 C 2675.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	30 g kalter Braten + 20 g Butter. Gurkensalat I (391).
Nr. 514. E 100 F 225 K 40 C 2700.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 30 g Zunge + 20 g Butter.
Nr. 515. E 100 F 230 K 40 C 2775.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g gek. f. Schinken + 20 g Butter.	Bouillon (1) Setzeier (248) + Kopfsalat I (381).
Nr. 516. E 105 F 175 K 40 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Käse in Sulz (497).
Nr. 517. E 105 F 250 K 40 C 2950.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 518. E 110 F 145 K 40 C 2025.	Tee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) 50 g gek. f. Schinken + 50 g saure Gurke.
Nr. 519. E 110 F 225. K 40 C 2750.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Aufschnitt I (201/2) Kopfsalat I (381).
Nr. 520. E 115 F 145 K 40 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Bouillon (1) Marin. Hering (145) 30 g saure Gurke.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Blumenkohlsuppe (26) Kalbskotelette (71) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Kartoffelpuffer (371) + Zwelschgen (483)	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Grüne Erbsen (334) Omelette (267).
Wildsuppe (13) Steinbutte (168) + 30 g zerl. Butter Omelette mit Champignons (272).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Rotkraut (313) Kartoffelbrei (367) Tee + 25 g Rahm Pfirsichkompott (482).
Endiviensuppe (25) Zander gebr. (173) Schwarzwurzeln (350) Apfelkompott (470).	Tee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Spinatauflauf (292) Selleriesalat (403) Tee + 25 g Rahm.
Gelberübensuppe (29) Ente (121) Rotkraut (313) Apfelmus (469).	Kaffee + 25 g Rahm Rahmspeise mit Ananas (512)	Zander gebr. (172) Tomatensalat (399) Tee + 25 g Rahm.
Kalbshirnsuppe (11) Fasan ged. (124) Bratkartoffeln (365) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	1 Paar Frankf. Würstchen Bayrisch Kraut (319) Käse in Sulz (497).
Spinatsuppe (21) Hammelfleisch m. Weißkraut (79) Omelette mit Johannisbeeren (276).	Kaffee + 25 g Rahm Eiweißgebäck (492).	Marin. Hering (145) Bratkartoffeln (365) Kopfsalat I (381).
Zwiebelsuppe (28) Schnitzel (69) Kartoffelsalat (409) Schmorgurke (337).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Spinatauflauf (292) + Diab.-Tunke (420 a) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Kalbsbrust (75) Roterübensalat (395) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Wirsingauflauf (298) Kopfsalat I (381) Rettich (340).

K 40—45.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 521. E 115 F 155 K 40 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	½ Aufschnitt III (203/2) Kopfsalat III (383).
Nr. 522. E 115 F 160 K 40 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	½ Mondaminbrei (378/2).
Nr. 523. E 115 F 225 K 40 C 2750.	Kaffee + 50 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butt.	Bouill. mit Eigelb (548) Heringsalat (233).
Nr. 524. E 120 F 205 K 40 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 15 g Roquefort + 15 g Butter.	Setzeier auf Speck (249) Kopfsalat I (381).
Nr. 525. E 80 F 175 K 45 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Schwarzbrot m. Edamer (463 b).
Nr. 526. E 90 F 150 K 45 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) 25 g Ölsardinen.
Nr. 527. E 90 F 180 K 45 C 2250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Schwarzbrot m. Edamer (463 b).
Nr. 528. E 95 F 145 K 45 C 2050.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon mit Ei (549) 30 g kalter Braten + 20 g Butter.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Suppe mit Ochsenfl. (8) Huhn (110) Kopfsalat I (381) Apfelgrütze (527).	Kaffee + 25 g Rahm.	Rührei m. Bücklg. (262) Spargeln (299) + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Ochsenfleisch gek. (57) Kohlrabi (323) Omelette (267) Kopfsalat I (381).	Kaffee + 25 g Rahm ½ Mondaminbrei (378/2).	Matjeshering m. Butter (144) 50 g kalter Braten + 50 g saure Gurke Tee + 25 g Rahm.
Bouill. m. Ochsenmark (3) Rehbraten (101) Tomatensalat (399) 1 Apfelsine.	Kaffee + 50 g Rahm 2 gek. Eier + 20 g Butter.	Aal in Sulz (244) Rettich (340).
Gelberübensuppe (29) Schweinsfilet (88) Kartoffelsalat (409) Zitronenauflauf (499).	Kaffee schwarz Mandelgebäck (493).	Hering gebr. (143) 50 g kalter Braten + 20 g Butter. 30 g saure Gurke
Spinatsuppe (21) Hammelbraten (81) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Gurkensalat I (391) Birnenkompott (472).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette (267) Kohlrabi (323) Tee + 25 g Rahm.
Roterübensuppe (30) Kalbsbrust (73) Kartoffelsalat II (410) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Sauerkraut (318)
Spinatsuppe (21) Kalbschnitzel (69) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Birnenkompott (472).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette (267) Grüne Bohnen + 30 g zerl. Butter Tee + 25 g Rahm.
Eierstichsuppe (6) Pökelfleisch mit Weißkraut (91) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse.	Marin. Hering (145) Kartoffeln in der Schale (363) + 20 g Butter Roterübensalat (395).

K 45—50.	I. Frühstüst.	II. Frühstück.
Nr. 529. E 100 F 170 K 45 C 2425.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouill. mit Eigelb (548) 30 g Mettwurst + 20 g Butter.
Nr. 530. E 100 F 210 K 45 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouill. mit Eigelb (548) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Nr. 531. E 105 F 190 K 45 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Hühnerfleischbrei (228).
Nr. 532. E 105 F 195 K 45 C 2475.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Wirsing mit Speck (321).
Nr. 533. E 110 F 200 K 45 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Omelette mit Spinat (271).
Nr. 534. E 85 F 185 K 50 C 2350.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier (248).	Bouill. mit Eigelb (548) Rettich (340).
Nr. 535. E 95 F 155 K 50 C 2200.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.-Milch (536).
Nr. 536. E 105 F 150 K 50 C 2150.	Kaffee + 25 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Bouillon (1) 25 g Ölsardinen.

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Selleriesuppe (31) Kalbfleisch gek. (65) + Holländ. Tunke (422) Gek. Kartoffeln (363) Birnen (472).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Frankfurter Würstchen 1 Paar Bayrisch Kraut (319) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Rinderbraten (60) Kartoffelbrei (367) Roterübensalat (395) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm Eiweißbrei (502).	Tee + 25 g Rahm Rotkraut (313) Bratwurst (200).
Ochsenschwanzsuppe (9) Rehbraten (101) Gurkensalat II (392) Pommes frites (366) Rahmspeise m. Ananas (512).	Kaffee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Schleie gek. (165) Grüne Erbsen (334) Tee + 25 g Rahm.
Zwiebelsuppe (28) Rinderbraten (60) Bratkartoffeln (365) Schmorgurke (337) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Tee + 25 g Rahm Aufschnitt II (202) Kopfsalat II (382).
Zwiebelsuppe (28) Beefsteak (61) Gelbe Rüben (346) Omelette mit Äpfeln (274).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g kalter Braten + 20 g saure Gurke + 20 g Butter.	Matjeshering (144) Gek. Kartoffeln (363) Roterübensalat (395).
Blumenkohlsuppe (26) Schweinsfilet (88) Bratkartoffeln (365) Kopfsalat I (381) ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Tee Grüne Bohn. mit Speck (327) 2 gek. Eier.
Gelberübensuppe (29) Kalbfleisch gek. (65) Holl. Tunke (422) Reisrand (380) Preißelbeeren (475).	Kaffee + 25 g Rahm.	Geb. Rotzunge (158) + Diab.-Tunke (420 a) Spinat mit Speck (302).
Einlaufsuppe (5) Kalbfleisch gek. (66) Holl. Tunke (422) Bouillonreis (379) Roterübensalat (395).	Kaffee + 25 g Rahm Apfelbrei (469).	20 g Schweizerkäse + 20 g Butter Sauerkraut (318).

K 50—55.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 537. E 110 F 180 K 50 C 2450.	Kaffee + 25 g Rahm Schwarzbrot + Schweizer-käse (462 b).	Bouillon (1) 1 gek. Ei.
Nr. 538. E 70 F 165 K 55 C 2125.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Schwarzbrot m. Edamer (463 b).
Nr. 539. E 130 F 230 K 50 C 3025.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Weißbrot mit Tomate (467 c).
Nr. 540. E 80 F 155 K 55 C 2000.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier (248).	Bouill. mit Eigelb (548) Rettich mit Butter (340).
Nr. 541. E 100 F 170. K 55 C 2225.	Kaffee + 25 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier (248) Kopfsalat I (381).
Nr. 542. E 100 F 210 K 55 C 2650.	Kaffee + 25 g Rahm Setzeier auf Speck (249).	Bouill. mit Eigelb (548) Schwarzbrot mit Schweizerkäse (462).
Nr. 543. E 125 F 190 K 55 C 2525.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Weißbrot mit Zunge (453 c).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Hummermayonnaise (235) Rehfilet (102) Stangenspargel kons. (300) + 30 g zerl. Butter Ananasgefrorenes (521).	Kaffee + 25 g Rahm Apfelgrütze (527).	Bouillon mit Ochsenmark (3) Setzeier auf Speck mit Tomate (250) Kopfsalat I (381) Tee + 25 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Kalbsbraten (67) Bratkartoffeln (365) Kopfsalat I (381) Birnenkompott (472).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Omelette (267) Grüne Bohnen (324) + 30 g Butter Tee + 25 g Rahm.
Spargelsuppe (20) Zander gebr. (173) ½ grüne Erbsen (334/2) ½ gelbe Rüben (346/2) Rahmspeise mit Himbeeren (515).	Tee + 25 g Rahm Teegebäck (490).	Gek. Zunge (179) Pfifferlinge (360) Omelette mit Kirschen (277).
Blumenkohlsuppe (26) Rinderbraten (60) Gek. Kartoffeln (363) Kopfsalat I (381) ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Tee, schwarz Grüne Bohnen m. Speck (327) 2 gek. Eier.
Bouillon (1) Huhn gek. (108) Reisrand (380) Tomatentunke (439) Brombeerkompott (479).	Tee + 25 g Rahm 50 g Radieschen + 25 g Butter.	Grüne Bohnen m. Speck (327) Käse in Sulz (497) Tee + 25 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Rinderbraten (60) Kartoffelbrei (367) Roterübensalat (395) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm Eiweißbrei (502).	Tee + 25 g Rahm Bratwurst (200) Rotkraut (313).
Geflügelsuppe (14) Forelle (134) + 30 g zerl. Butter Gelbe Rüben mit Spargeln (349) Mondaminflammerie (500).	Kaffee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Omelette (267) Blumenkohlsalat II (398) 50 g kalter Braten.

K 60—70.	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 544. E 90 F 170 K 60 C 2275.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Schwarzbrot m. Edamer (463 b).
Nr. 545. E 105 F 210 K 65 C 2750.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Bouillon (1) Rührei mit Spargel (264).
Nr. 546. E 130 F 260 K 65 C 3250.	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Bouillon (1) Kaviarbrot (444 c).
Nr. 547. E 80 F 190 K 70 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm 2 Setzeier (248).	Bouill. mit Eigelb (548) Rettich (340).
Nr. 548. E 90 F 165 K 70 C 2225.	Kaffee + 50 g Diab.-Milch Schwarzbrot m. Schweizerkäse (462 b).	Bouillon (1) Mondaminbrei (378).
Nr. 549. E 105 F 195 K 70 C 2600.	Kaffee + 25 g Rahm Weißbrot m. Schweizerkäse (402 c).	Tee + 25 g Rahm Wirsing m. Speck (321).
Nr. 550. E 110 F 210 K 70 C 2700.	Kakao mit Eigelb (540) Butterbrot (441 c).	Bouillon (1) Hühnerfleischbrei (228).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Spinatsuppe (21) Hammelbraten (81) Gurkensalat I (391) Apfelkompott (470).	Kaffee + 25 g Rahm Russische Creme (507).	Aufschnitt I (201) Grüne Erbsen (334) Kopfsalat I (381).
Krebssuppe (19) Poulardenbrust (110) Tomatengemüse (335) Gurkensalat II (392) Pfirsichkompott (482).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Kohlrabi (322) Gek. Kartoffeln (363) Tee + 25 g Rahm Käsestangen (495).
Steinpilzsuppe (41) Ente ged. (121) Rotkraut (313) ½ Kartoffelbrei (367/2) Apfelgrütze (527).	Tee + 25 g Rahm Mandelgebäck (493).	Aal in Sulz (244) Tartartunke (438) Tee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse.
Blumenkohlsuppe (26) Rinderbraten (60) Kartoffeln in der Schale (363) + 20 g Butter Kopfsalat I (381) ½ Mondaminbrei (378/2).	Kaffee + 25 g Rahm Schwarzbrot m. Edamer (463 b).	Tee, schwarz Grüne Bohn. mit Speck (327) 2 gek. Eier.
Roterübensuppe (30) Schweinskotelette (89) Blumenkohl (311) Omelette (267).	Tee + 50 g Diab.-Milch Rettich (340).	Aufschnitt I (201) Kopfsalat I (381) ½ Kartoffelsalat (409/2)
Zwiebelsuppe (28) Rinderbraten (60) Bratkartoffeln (365) Schmorgurke (337) Apfelbrei (469).	Kaffee + 25 g Rahm 2 gek. Eier.	Tee + 25 g Rahm Aufschnitt II (202) Kopfsalat II (382).
Tomatensuppe (27) Lendenbeefsteak (61) Bratkartoffeln (365) Gurkensalat II (392) Prinzeßbohnen (330) Erdbeeren (474).	Kaffee + 25 g Rahm 1 gek. Ei.	Tee + 25 g Rahm Artischocken (310) Rührei mit Morcheln (266) Kopfsalat I (381).

Vegetarische Kostverord=

	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 551. E 60 F 205 K 35 C 2300.	Milchkakao mit Eigelb (542).	Diab.=Milch I (536) 1 gek. Ei Feldsalat I (388).
Nr. 552. E 55 F 225 K 45 C 2400.	Kaffee + 50 g Rahm Radieschen (339).	Diab.=Milch I (536). 1 gek. Ei.
Nr. 553. E 40 F 200 K 50 C 2250.	Milchkakao mit Eigelb (542).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter.
Nr. 554. E 45 F 215 K 50 C 2325.	Kaffee + 50 g Rahm 1 gek. Ei.	Sauerkraut (318).
Nr. 555. E 65 F 205 K 50 C 2425.	Milchkakao mit Eigelb (542).	Sauerkraut (318).
Nr. 556. E 70 F 225 K 50 C 2575.	Milchkakao mit Eigelb (542) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Rührei (258) Kopfsalat I (381).
Nr. 557. E 75 F 235 K 50 C 2675.	Kaffee + 50 g Rahm 1 Setzei (248/2).	Blumenkohl (311) + Diab.=Tunke (420 a)

nungen (Gemüsetage).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Sauerampfersuppe (22) Omelette mit Morcheln (273) Prinzeßbohnen (330) Stachelbeercreme (526).	Kaffee + 50 g Rahm Rhabarberkompott (473).	Spargeln (299) + 30 g zerl. Butter Kopfsalat III (383) 15 g Roquefort + 15 g Butter Tee + 50 g Rahm.
Salatsuppe (24) Rührei mit Spinat und Käse (265) Kohlrabi (323) Aprikosen (481).	Kaffeegefrorenes I (517).	Wachsbohnen (331) Gurkensalat I (391) 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.
Zwiebelsuppe (28) Schmorgurke (338) Spargeln (299) + 30 g zerl. Butter Erdbeeren mit Schlagrahm (525).	Kaffee + 50 g Rahm Rhabarberkompott (473).	Gelbe Rüben (346) Grüne Erbsen (334) Kopfsalat I (381) Tee + 50 g Rahm.
Roterübensuppe (30) Kohlrüben (343) Grünkohl (312) Apfelbrei (469).	Kaffee + 50 g Rahm 20 g Schweizerkäse + 20 g Butter.	Setzeier (248) Spinat (301) Salzgurkensalat (390) Tee + 50 g Rahm.
Schwarzwurzelsuppe (32) Rührei m. Spargeln (264) Gelbe Rüben geschmort (348) Apfel- u. Apfelsinengelee (335).	Tee + 50 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Spinat (301) 1 Setzei (248/2) Roterübensalat (395) Tee + 50 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Auflauf von Hafermehl mit Spargel (297) Bohnensalat konf. (394) Zitronencreme (508).	Kaffee + 50 g Rahm Apfelbrei (469).	Gelbe Rüben (346) Weißkraut (315) Tee + 50 g Rahm.
Spargelsuppe (20) Gelbe Rüben (346) Grüne Erbsen (334) Rahmspeise m. Stachelbeeren (526).	Kaffee + 50 g Rahm Apfelbrei (469).	Rührei m. Morcheln (266) Gurkensalat II (392) 30 g Edamerkäse + 20 g Butter Tee + 50 g Rahm.

	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 558. E 80 F 185 K 50 C 2275.	Kaffee + 50 g Rahm 1 gek. Ei.	Diab.-Milch mit Eigelb (538) Butterbrot (541 a) Apfelbrei (469).
Nr. 559. E 35 F 185 K 55 C 2100.	Kaffee + 50 g Rahm Apfelbrei (469).	Diab.-Milch mit Eigelb (538) Rettich (340).
Nr. 560. E 65 F 170 K 55 C 2175.	Milchkakao mit Eigelb (542) 30 g Camembert + 20 g Butter.	Rettich (340) 100 g Milch.
Nr. 561. E 75 F 185 K 55 C 2200.	Milchkakao mit Eigelb (542).	Schmorgurke (338).
Nr. 562. E 25 F 180 K 60 C 2100.	Kaffee + 50 g Rahm Apfelbrei (469).	Milchkakao mit Eigelb (542).
Nr. 563. E 35 F 150 K 60 C 1750.	Kaffee + 25 g Rahm Unibrot mit Butter (441 a).	Diab.-Milch mit Eigelb (538) Apfelbrei (469).
Nr. 564. E 50 F 180 K 60 C 2175.	Kaffee + 50 g Rahm Birnen (472).	Gelbrübensalat (401).
Nr. 565. E 60 F 215 K 60 C 2575.	Kaffee + 25 g Rahm 30 g Edamerkäse + 20 g Butter.	Tee + 25 g Rahm Bohnensalat (393).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Roterübensuppe (30) Wirsing (320) Sellerie in Bechamel (353) Sauermilchcreme (505).	Kaffee + 50 g Rahm 30 g Camembert + 20 g Butter.	Omelette mit Champignon (272) Blumenkohlsalat (397) Tee + 50 g Rahm.
Spinatsuppe (21) Sauerkraut (318) Gelbe Rüben (346) Apfelgrütze (527).	Milchkakao mit Eigelb (542).	Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Roterübensalat (395) Tee + 50 g Rahm.
Blumenkohlsuppe (26) Omelette m. Spinat (271) Selleriesalat (403) Apfelgrütze (527).	Kaffee + 25 g Rahm Preißelbeeren (475).	Bayrisch Kraut (319) ½ Käseauflauf (288/2) Kopfsalat I (381).
Tomatensuppe (27) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Topinambur geb. (373) Blumenkohlsalat II (398) Erdbeerrahmspeise (513).	Diab.-Milch (536) Heidelbeeren (476).	Stangenspargel (299) + 30 g zerl. Butter Omelette (267) Radieschen (339).
Spinatsuppe (21) Steinpilze (357) Rosenkohl (314) + 30 g zerl. Butter Gelberübensalat (401).	Tee + 50 g Rahm Rettich (340).	Bayrisch Kraut (319) Schweizersalat (411) Tee + 50 g Rahm.
Roterübensuppe (30) Sauerkraut (318) Topinamburbrei (375) Kohlrüben geschm. (343) Preißelbeeren (475).	Sauermilchcreme (505).	Schwarzwurzeln in br. Butter (351) Roterübensalat (395) Tee + 25 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Blumenkohl (311) + Diab.-Tunke (420a) Weingelee (506).	Kaffee + 50 g Rahm Johannisbeeren (474).	Schmorgurke (338) Schweizersalat (411) Tee + 50 g Rahm.
Spargelsuppe (20) Spinatauflauf (292) + 30 g zerl. Butter Schwarzwurzeln (351) Kirschen (487).	Kaffee + 50 g Rahm Mandelgebäck (493).	Bayrisch Kraut (319) Bratäpfel (529) Tee + 50 g Rahm.

	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 566. E 60 F 245 K 60 C 2800.	Kaffee + 25 g Rahm Radieschen (339).	Diab.-Milch mit Eigelb (538) Sauerampfer (308).
Nr. 567. E 65 F 175 K 60 C 2175.	Kaffee + 50 g Rahm Zwetschgen (483).	Spargeln (kons.) (300) + Diab.-Tunke (420) Tomatensalat (399).
Nr. 568. E 80 F 220 K 60 C 2575.	Kaffee + 50 g Rahm 1 gek. Ei.	Tee + 50 g Rahm Tomatensalat (399).
Nr. 569. E 35 F 190 K 65 C 2200.	Kaffee + 50 g Rahm Johannisbeeren (477).	Radieschen (339).
Nr. 570. E 30 F 215 K 65 C 2400.	Kaffee + 50 g Rahm Rettich (340).	Spinat (301).
Nr. 571. E 55 F 185 K 65 C 2150.	Kaffee + 50 g Rahm Birnen (472).	Schweizersalat (411).
Nr. 572. E 50 F 195 K 70 C 2300.	Kaffee + 25 g Rahm Zwetschgen (483).	Tee, schwarz Tomatensalat (399).

Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Blumenkohlsuppe (26) Grüne Erbsen (334) Gelbe Rüben (346) Topinambur ged. (373) Kirschen (487).	Milchkakao m. Eigelb (542) Salzmandeln (494).	Spinatauflauf (292) + Diab.-Tunke (420 a) Kopfsalat I (381).
Blumenkohlsuppe (26) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Topinambur ged. (373) Gurkensalat II (392).	Kaffee + 50 g Rahm Birnen (472).	Blumenkohlauflauf (293) Kopfsalat I (381).
Zwetschgensuppe (53) Setzeier (248) + Spinat (301) Schmorgurke (338) Käse in Sulz (497).	Milchkakao mit Eigelb (542) Sauerkirschen (488).	Rotkraut (313) Stachysbrei (376) Tee + 50 g Rahm.
Selleriesuppe (31) Blumenkohl (311) + 30 g zerl. Butter Kopfsalat I (381) Tomatengemüse (335) Schweizersalat (411).	Kaffee + 50 g Rahm Rahmspeise mit Himbeeren (515).	Steinpilzsuppe (41) Topinambur ged. (373) Roterübensalat (395).
Zwiebelsuppe (28) Stangenspargel kons.(300) + 30 g zerl. Butter Gelbe Rüben (346) + Endiviensalat I (385) Apfel und Apfelsine in Gelee (471).	Tee + 50 g Rahm Mandelgebäck (493).	Rotkraut (313) Bratäpfel (529) Tee + 50 g Rahm.
Grüne Erbsensuppe (33) Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Steinpilze kons. (357) Tomatengemüse (335).	Kaffee + 50 g Rahm Johannisbeeren (475).	Spinatauflauf (292) + Diab.-Tunke (420 a) Tee + 50 g Rahm.
Sauerampfersuppe (22) Kohlrabi (323) Stachysbrei (376) Rührei m. Morcheln (266) Rahmspeise mit Pfirsichen (514).	Diab.-Milch mit Eigelb (538) Apfelgrütze (527).	Grüne Bohnen (324) + 30 g zerl. Butter Blumenkohlsalat II (398) Tee + 25 g Rahm.

	I. Frühstück.	II. Frühstück.
Nr. 573. E 55 F 230 K 70 C 2600.	Tee + 50 g Rahm Rührei (258).	Rettich (340).
Nr. 574. E 50 F 205 K 75 C 2450.	Kaffee + 50 g Rahm Zwetschgen (483).	Diab.-Milch mit Eigelb (538) Spinat (301).

Hafertag nach

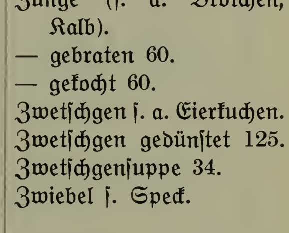
Nr. 575. E 70 F 230 K 130 C 3000.	7 Uhr: Hafermehlsuppe (48) 9 Uhr: Hafermehlsuppe (48) Spiegeleier (248).	11 Uhr: Haferbrei (377) 2 weiche Eier.

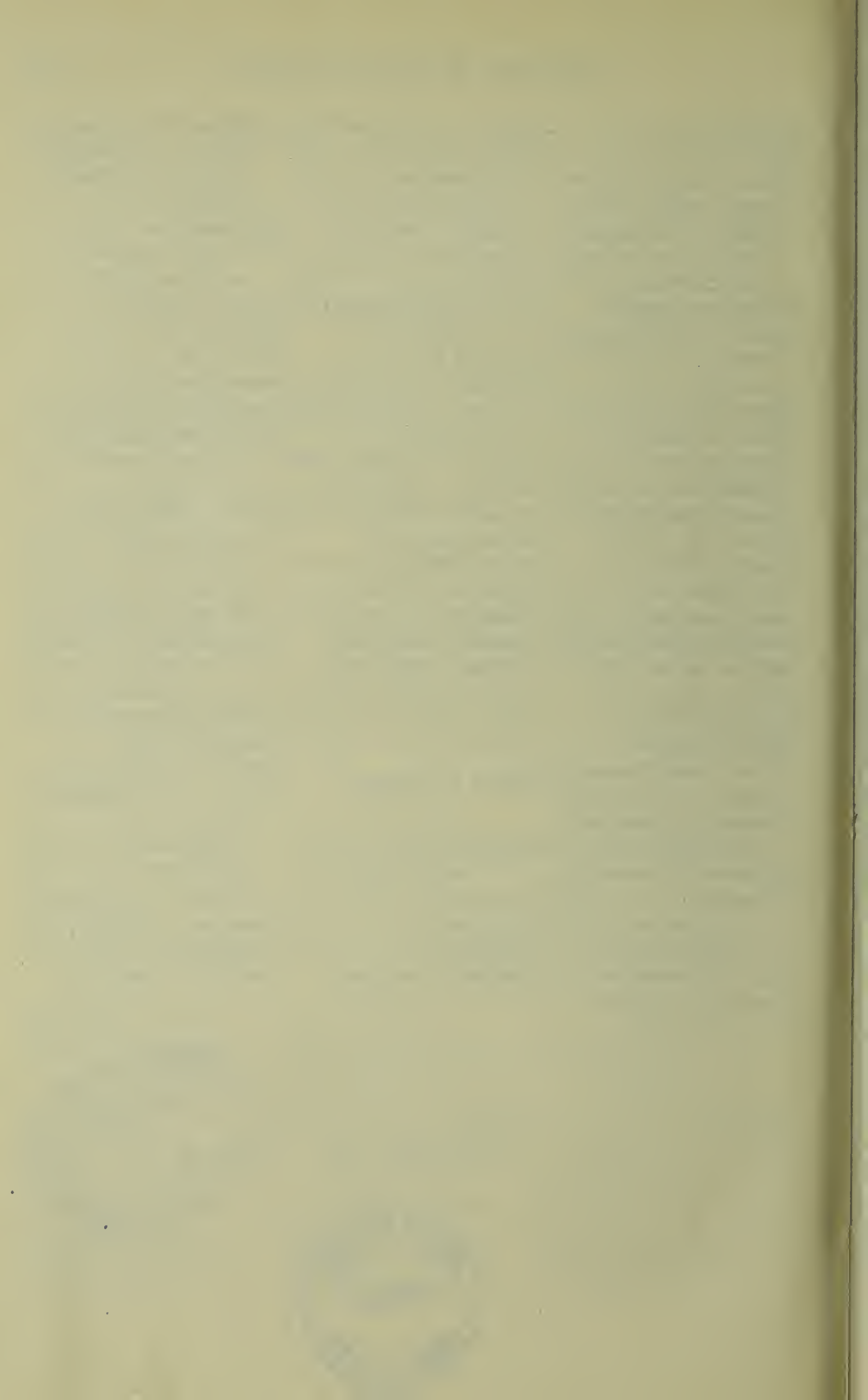
Mittagessen.	Kaffee.	Abendbrot.
Selleriesuppe (31) Spiegeleier (248) Spinat (301) Bratäpfel (529).	Kaffee + 50 g Rahm Heidelbeeren (476).	Sauerkraut (318) Topinamburbrei (375) Schwarzwurzelsalat (402) Tee + 50 g Rahm.
Suppe von grünen Erbsen (33) Kohlrabi (323) Radieschen (339) Gurkensalat II (392) Kakaogefrorenes (519).	Tee + 50 g Rahm Unibrot mit Tomate (467 a).	Wachsbohnen (331) Topinambur (373) Kopfsalat I (381) Tee + 50 g Rahm.

von Noorden.

2 Port. Haferflockensuppe (2 × 49) Setzeier (248).	4 Uhr: Haferbrei (377) 6 Uhr: Hafermehlsuppe (48).	Hafermehlsuppe (48) Setzeier (248).

Alphabetisches Verzeichnis der Gerichte.






Alle
Curt Glaser Leipzig
loben Fromm's gute
Diabetiker-
Nährmittel!
Preisbuch frei.
Fromm & Co., Kötzschenbroda 6.

